10

گۆڤارێکی
بواری
پەرەپێدانی
مرۆیی گشتییە
نیسانی
2013

کواڵیتی ژیانی
دەزگا و
دامەزراوەکان



برەو

گۆڤارێکی بواری پەرەپێدانی مرۆیی گشتییە

ژمارە (10) نیسانی 2013







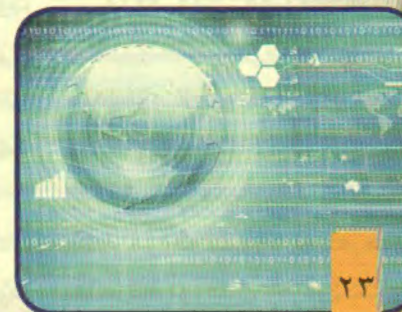












ناردنی بابەت و پەیوەندییەک
لەڕێگای سەرنوسەرەوە دەبێت

نرخی 2500 دینار



راوێژکاران

شـەماڵ مـوفـتـی   د.کەریم ئەحمەد

د.سادق عەزیز خۆشناو   د. ئەحمەد وەرتی

خاوەنی ئیمتیاز

نەوزاد سەلام خۆشناو

٠٧٥٠٤٥٣٢٢٢٤

khoshnaw_n@yahoo.com

سەرنووسەر

یاسین ئەحمەد زەنگەنە

٠٧٧٠١٤٨٨٩٦٢ - ٠٧٥٠٤٣٣٨٥٨٧

yaseenzangana@yahoo.com

دەستەی نوسەران

عەلی ئیبراهیم حەسەن

ئومێد مستەفا

ئیحسان برهان الدین

ئەمیر ئەحمەد عەبدولقادر

ئیمان ناصح

بەشی ریکلام

٠٧٥٠٤٣٣٨٥٨٧

تایپێست

هاوڕێ یاسین



چاپخانەی کەکۆن

دیزاین گۆڤاری بڕیار

بەناوی خوای بەخشندەی میهرەبان

دەستپێك

سەرنووسەر



با خۆمان بە کەسانی تر بەراورد نەکەین!

کەسانێك هەن بەراوردی خۆیان بەدەورو بەرەکەیان دەکەن، لە کەسانی بەهرەمەندو سەرکەوت....... جا بەراوردکردنەکە لە بواری ئابوری، کۆمەلایەتی، رۆشنبیری، یان هەر بوارێکی تردا بێت.

زیان و کاریگەرییەکانی خۆ بەراوردکردن بە کەسانی دی:

– خۆ بەراوردکردن بەکەسانی تر هەلوێستت لاواز دەکات بەرامبەر بەخۆت و خەلکی، چونکە دەروانیتە خالی بەهێزو جوان و ناوازەی کەسی بەرامبەرو بە خالە لاوازەکانی خۆت بەراوردی دەکەیت، بەمەش لەخۆت رازی نابیت و تووشی نیگەرانی و نارەحەتی دەبیت و رق و قینت لەو کەسانە دەبێت و ئیرەییان پێدەبەیت.

– خۆ بەراوردکردن بە کەسانی دی توشی ترس و دلە راوکێت دەکات و خۆت نادۆزیتەوە، هەر بیر دەکەیتەوە چۆن کێبرکێ لەگەل ئەوکەسانەدا بکەیت، بەمەش دوور دەکەویتەوە لە سەرکەوتن و گەیشتن بە ئامانجەکان.

– خۆ بەراوردکردن بەکەسانی دی کارێکی هەلەو نەخوازراوەو سوکایەتی کردنە بەخۆت و ناتگەیەنێتە سەرکەوتن، شەکەت و ماندووت دەکات و بنچینەی خۆنەناسینە.

– خۆ بەراوردکردن بە کەسانی دی کات و ژیان و تەندروستیت بە هەدەر دەدات.

مرۆڤەکان هەریەکەو کەسایەتی و تایبەتمەندی خۆی هەیەو، خالی بەهێزو لاوازو بەهرەو توانای خۆی هەیە پێویست ناکات خۆی بەراوردکات بەکەسانی دی، بەلام دەشێت و کارێکی باشە مرۆڤ سوود لە ئەزموونی کەسە سەرکەوتووەکان وەرگرێت و بزانێت هۆکاری سەرکەوتنەکانیان چی بووە، تالێی بەهرەمەند بێت.

چارەسەری ئەم کێشەیەش لەوەدایە سەرەتا خۆمان بناسین و لەگەل خۆماندا ئاشت بینەوە، خالی بەهێزو لاوازی خۆمان دیاری بکەین و خۆمان بەخۆمان بەراورد بکەین، بۆ بەدیهێنانی ئەمە پێویستە ناو بەناو لەکەش و هەوایەکی سازوهێمندا گفتوگۆیەکی لۆژیکانە و بەخۆداچوونەوەیەکی ژیرانە ودادگاییەکی بوێرانە لەگەل خۆماندا ئەنجام بدەین، هەروەها نابێت ئەوەمان لەیادچێت هەریەکەمان لەناخیدا خالی بەهێزو جوانی واهەیە خەلکی بەسەرسامیەوە بۆی دەروانن.

دەبا یەکێك لە دروشمەکانی ژیانمان ئەوەبێت: (خۆمان بەکەسانی دی بەراورد ناکەین وشێوازو ستایلی خۆمان هەیە).

د. ڕێدار محمد ئەمین



شێوازی مامەڵە کردن لەگەڵ جگەر گۆشەکانت

هەمـــوو دایك و باوكێـــك حەزدەكات منداڵەكانی بەو شێوە پەروەردە بكات كە خـــۆی ئارەزوو دەكات، بـــەڵام كەس ئەو پرســـیارە لە خۆی ناكات،تـــا چەند ئەو شـــێوازەی لە پەروەردەكردنی منداڵەكانی بـــەكاری دەهێنێت ڕاســـت و دروســـتە؟ تاچەند لە مامەڵەكردن لەگەڵ منداڵەكانی بنەمای پەروەردەیی و دەروونی و زانستی پەیڕەو دەكات؟

زۆر جـــاران ئێمـــە لـــە دڵســـۆزی بۆ منداڵەكانمـــان، دەكەوینـــەی هەڵەی زۆر گـــەورە، كـــەوا منداڵەكانمان تـــا كۆتایی ژیانیـــان باجـــی دەدەن، زۆر جـــار لـــە دەرەنجامی مامەڵەی نادروست كەسایەتی منداڵەكانمان تێك دەشـــكێنین و تووشـــی چەندین گرێی دەروونـــی دەكەین، وەك گرێی هەســـتكردن بەكەمی، ئەســـتەمی لە بڕیاردان، پشـــت بە خۆنەبەســـتن و چەندین گرێی تر.

ئەگەر دووكەس هەبـــن لە جیهانداو حەز بكەن مرۆڤێكی تر وەك خۆیان یان لە خۆیان بەرزتر بێت، ئەوا حەزی دایك و باوكـــە بۆ منداڵەكانیـــان! هەر بۆیەش لـــە پێناو هاتنەدی ئـــەم حەزە چەندین ڕێگای دروســـت و نادروست دەگرنەبەر، زانینی لایەنـــی دەروونی و ژیری منداڵ و بەكارهێنانی ستایلی دروست، یارمەتی دایك و باوك دەدات، مامەڵەیەكی دروست لەگـــەڵ منداڵەكانیـــان بكـــەن و لەهەمان كاتیشـــدا یارمەتی منـــداڵ دەدات ببێتە خاوەن كەسایەتی خۆی.

منداڵ و بەهای خود self-esteem

بەهـــای خود بریتیە لە تێڕوانینێكی دروســـت و لۆژیكانـــە بەرامبـــەر خـــود، ئەو كەســـەی تێڕوانینێكی نێگەتیڤانەی بەرامبـــەر خـــودی خـــۆی هەیە،ئەوا لە بەهاو نرخی خودی خۆی كەم دەكاتەوە، ئـــەو كەســـانەی تێڕوانینێكـــی پـــۆزە تیڤانەیان بەرامبەر خود هەیە ئەوا نرخ و بەهـــای خـــود دەزانن، ئەو كەســـانەی لـــە ڕادەبەدەر هەســـت بەبەهـــای خود دەكەن، ئەوا گرفت بۆخۆیان و كەســـانی دەوروبەریان دروست دەكەن، ئەو كەسانە بەچەند ســـیفاتێك دەناســـرێنەوە وەك: نێرگزی(خۆشەویستی خود)،لوت بەرزی، ئـــەو بڕوایەی كە ئەوان لـــە خەڵكی تر باشـــترن و لە خەڵكی تر گرنگترن، هەر كێبركێیـــەك هەبێت، ئەوان شایســـتەی یەكەمن، كـــە بەراوردی خۆیـــان لەگەڵ خەڵـــك دەكـــەن، هەمیشـــە خۆیـــان پێ باشـــترە، هەموو سەركەوتنێك،چاكەیەك پیاوەتیـــەك بۆخۆیـــان دەگەڕێننـــەوە، لەبەرامبەر ئەوانیشدا،ئەو كەسانەی لە ڕادەبەدەر لە بەهای خود كەم دەكەنەوە پێیان وایە ئەوان لە خەڵكی تر نزمترن، بێ تواناترن، بێ هێزو بێ متمانەترن، لە نێوان ئەم دوو گروپەش گروپی ســـێیەم هەن، كەوا پارســـەنگیەك بۆ بەهای خود دادەنێـــن، ئەم گروپـــە پێیان وایە ئەوان نەزیاتـــر نـــە كەمتـــرن لـــە خەڵكی تر،

ئەوان مرۆڤن و هەڵە دەکەن و هەمیشە سنووری خۆیان دەزانن، ئاشکرایە هەریەك لە ئێمە دایك و باوکی خۆمان هەڵنەبژاردووە، بەڵام بە دڵنیاییەوە هەستکردنمان بە بەهای خود و متمانە بەخۆ بوونمان لەوانەوە سەرچاوەی گرتووە، بۆیە مامەڵەکردنی تۆ لەگەڵ منداڵەکانت بەرادەیەکی زۆر دەکەوێتە ژێر کاریگەری ئەوە بە چ شێوازێك دایك و باوکت لە منداڵیدا مامەڵەیان لەگەڵ کردوی، ئەگەر دەتەوێت هەمان هەڵەی دایك و باوکت لە شێوازی مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵەکانتدا دووبارە نەکەیتەوە،ئەوا پێویستە لەسەرەتادا لەوە تێبگەیت، کەوا چۆن مامەڵەی دایك و باوکت کاریان کردۆتەسەرت و چۆنیش لە رەفتاری تۆ بەرامبەر منداڵەکانت رەنگی داوەتەوە.

شێوازەکانی مامەڵە کردن لەگەڵ منداڵدا

لەکاتی مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵدا چوار شێواز هەن کە ئەمانەن:

١- شێوازی مامەڵەی باوکسالاری
٢- شێوازی مامەڵەی ئامۆژگاریکار
٣- شێوازی مامەڵەی رێگاپێدراو
٤- شێوازی مامەڵەی پشت تێکردن

شێوازی مامەڵەی باوکسلالاری Authoretarian یان دیکتاتۆری

لەم شێوازەی مامەڵە کردنەدا باوك هیچ بوارێك ناداتە منداڵەکەی بۆ گفتوگۆکردن، هیچ بوارێکی ناداتێ بۆ هەڵبژاردن، وەڵامی هیچ پرسیارێکی ناداتەوە.

باوك سالار پێی وایە هیچ پێویست ناکات یاساکان بۆ منداڵەکەی شی بکاتەوە، تەنها لەسەر باوك دایك ئەوەیە یاسا دەربکەن و لەسەر منداڵیش ئەوەیە پەیرەوی لێ بکەن، کاتێك منداڵ داوای رونکردنەوە دەکات دایك و باوك دەڵێن "چونکە من دەڵێم وا بکە"! بەم شێوەیەش دایك و باوك کۆنترۆڵی منداڵ دەکەن و هیچ بوارێکی هەڵبژاردنی ئازادانەی بۆ نادەن، دایك و باوکی باوکسالار داواکاری زۆریان بۆ منداڵەکانیان هەیە و زۆر کەم بایەخ بە هەست و سۆزی منداڵەکەیان دەدەن، چونکە پێیان وایە هەرچی دەیکەن لە سوودی منداڵەکەیانە، هەربۆیەش گرنگی بەوە نادەن گفتوگۆ لەگەڵ منداڵەکە بکەن، بەڵکو جەخت لەسەر ئەوە دەکەن چەندە دەتوانن منداڵەکەیان کۆنترۆڵ بکەن، بۆیە پابەند بوون بە یاساکان مانای رازی بوونی دایك و باوکەو دەرچوون لێیان سزای توندی لێدەکەوێتەوە.

کاریگەری شێوازی باوکسالاری لەسەر منداڵ

ئەم منداڵانە لە داهاتوودا هەست بە بەرپرسیاریەتی دەکەن و دەبنە هاوڵاتیەکی پابەند بە یاساکان، بۆیە دەبنە مرۆڤی بەرهەمهێن و بەتوانا، ئەمەش شتێکی لۆژیکانەیە، چونکە هەر لە منداڵیەوە فێربوونە کەوا پابەند بوون بەیاساکان مانای دەستکەوتنی پاداشت وشکاندنیان مانای سزادانە، بەڵام لەگەڵ ئەمانەشدا منداڵی پەروەردەکراو لە خێزانێکی باوکسالار،کەم تێکەڵی خەڵك دەبێت و لایەنی کۆمەڵایەتی لاوازەو شارەزای عورف و عادەتەکان نابێت، زۆر دوودڵ و رارایەو بەئەستەم دەتوانێت بڕیار بدات، زۆر بەشیان پێیان وایە بیروڕای ئەوان گرنگ نیە چونکە هەر لە منداڵیەوە فێربوونە تەنها پابەندی یاساکان بن و هیچ گفتووگۆیەك نەکەن.

هەندێك لەو منداڵانە لە داهاتوودا دەکەونە ژێر رکێف و دەسەڵاتی خەڵکی ترو،هەندێکی تریان دەبنە دژە کۆمەڵگاو چەقاوەسوو، مامەڵەی باوکسالاری رێگرە لە گەشەسەندنی ئەقڵی و زیرەکی منداڵ و هەموو حەزو ئارەزوویەکی منداڵیش لەناو دەبات، ئەم منداڵانە هەستی بەهای خودیان لا لاواز دەبێت و کەم متمانەیان بە خۆیان دەبێت، بۆیە هەرگیز ناتوانن رۆڵی سەرکردە ببینن، منداڵی پەروەردەکراو لە خێزانی باوك سالار هەمان رەفتار لە دواڕۆژدا بەرامبەر منداڵەکانی دووبارە دەکاتەوە، ئەم منداڵانە هەوڵ دەدەن لە دەرەوی خێزاندا کۆنترۆڵی کەسانی تر بکەن و توندو تیژانە رەفتار دەکەن، هەمیشە هەوڵ دەدەن خۆیان لە دایك و باوك لابدەن و لێیان دوور بکەونەوە،لەکاتی پێویستیش داوای یارمەتی و رێنماییان لێ ناکەن، بەم جۆرەش بێ رێنمایی و بێ پاڵپشت دەمێننەوە، بۆیە هەوڵ دەدەن لە دەرەوەی خێزان داوای پاڵپشتی و رێنمایی بکەن، زۆرجاریش ئەم کارە بە زیانی منداڵەکە کۆتایی دێت.

شێوازی مامەڵەی ئامۆژگاریکار Authoretative (دیموکراسی)

ئەو دایك و باوکەی ئەم شێوازە بەکار دەهێنێت، دیموکراتیانە مامەڵە دەکەن، رێز لە راوبۆچوونەکانی منداڵ و تایبەتمەندیەکانی دەگرن، بەڵام لەگەڵ ئەوەشدا خۆیان دوا بڕیار دەدەن، ئەوا جەخت لەسەر گرنگی بڕیارەکانی خۆیان دەکەنەوە، بەڵام زۆر لە منداڵ ناکەن پابەندی بن، بەم پێیەش رۆڵی پاڵپشتی دەبینن، نەك سزادەر، دایك و باوکی ئامۆژگاریکار هاوسەنگی مامەڵەکردن لەگەڵ منداڵەکانیان دەپارێزن، باوەڕیان بە پەیوەندیەکی هاوڕێیانە هەیە و لەهەمان کاتیشدا چاوەڕێی پابەندبوون لە منداڵەکانیان دەکەن، یاساکانی دایك و باوکی ئامۆژگاریکار روون و ئاشکران، لەگەڵ تەمەنی منداڵ دەگونجێن و داد پەروەرانەن، ئەوان گوێگرێکی باشن و هانی منداڵیش دەدەن ناخی خۆی دەربڕێت، ئەگەرچی زۆر جاریش دوا بڕیار هی دایك و باوکە، ئەگەر هەڵەبوون داوای لێبوردن دەکەن، ئەگەر پێویست بو سوپاسی منداڵ دەکەن، هەوڵ دەدەن ببنە نموونەی باڵا بۆ منداڵەکانیان.

کاریگەری شێوازی ئامۆژگاریکار لەسەر منداڵ

لێکۆڵینەوەکان باس لەوە دەکەن، ئەو منداڵانەی لە خێزانی دیموکرات پەروەردە دەبن، زیاتر توانای خۆگونجانیان لەگەڵ ژیان هەیە، شارەزایی و توانای زاڵبونیان بەسەر خۆیان هەیە، هەر لە منداڵیەوە فێردەبن چۆن گرفتەکانیان چارەسەر بکەن بڕیاری دروست بدەن و رەفتاری گونجاو بکەن، ئەم جۆرە مامەڵەیەش

بێ گرفت نیە، چونکە دایک و باوک پێویستیان بە ئارامگرتن و پشودرێژی زۆرە بۆ ئەم جۆرە مامەڵە کردنە و،دەبێت ناوە ناوەش پێداچوونەوە بۆ ئەم جۆرە مامەڵەکردنە بکەن کەوا تاکو چ رادەیەک بەرەو پێش چوونە، منالەکان فێرکراون هەمیشە پرسیار بکەن و پێیان وایە هەموو وەڵامێکیشیان دەست دەکەوێت، ئەمەش هەندێک جار گرفت بۆ دایک و باوک دروست دەکات، چونکە بێگومان ئەوان وەڵامی هەموو پرسیارێک نازانن، بەڵام لەگەڵ هەموو ئەمانەشدا ئەم منداڵانە فێری هەست بە بەرپرسیاریەتی دەبن و گوێڕایەڵی دایک و باوک دەبن، ئەم گوێڕایەڵیەش لە رێزەوەیە نەک لەبەر ترس و سزادان.

شێوازی مامەڵەی پشت تێکردن
un-involved

لەم شێوازەدا دایک و باوک داواکاری کەم یان هەر داواکارییان نییە، ئەوان هیچ سۆز و خۆشەویستیەک دەرنابڕن، کەمتەرخەم و بێ باکن، ئەم جۆرە دایک و باوکانە خواردن، جل و بەرگ، کەرەستەی پێویست بۆ منالەکانیان دەکڕن، بەڵام دەست ناخەنە کارو باری ژیانی منداڵەکانیان، ئەمەش مانای ئەوە نییە هیچ یاساو رێسایەک لەماڵ نییە! بەڵام یاساکان کەم و زۆر سادەن ئەم جۆرە دایک و باوکە چاوەڕێی هیچ لە منداڵەکانیان ناکەن و داواشیان لێ ناکەن! زۆر جاریش هەوڵ دەدەن خۆیان لە منالەکانیان یان لە داواکاری منالەکانیان بدزنەوە، بۆیە ناتوانن وەک پێویست سەرپەرشتی منالەکانیان بکەن و هەمیشە بۆشاییەک لە نێوانیان هەیە، هەرچەندە زۆر ئەستەمە ئەمە باوەڕ بکرێت، بەڵام بوونی دایک و باوکی کەمتەرخەم مانای ئەوە نیە ئەوان منالەکانیان خۆش ناوێت، لە راستیدا زۆر لەم دایک و باوکانە بەهۆی سەرقاڵ بوونیان بە کاری خۆیان ناتوانن کاتی پێویست بە منالەکانیان بدەن، ئەوان لەژێر فشاری دارایی، کار، یان کۆمەڵایەتیدان هەندێکیان گرفتی ئالودەبوون بە دەرمان و ئەلکهولیان هەیە، تاڕادەیەک کەوا منالەکان دەبێت بەسەرپەرشتی ئەوان بکەن! هەندێکیان خۆیان گرفتی خەمۆکی و سۆزداریان هەیە، لە شێوازی مامەڵەی پشت تێکراودا، دایک و باوک ئەوەندەی سەرقاڵی پێداویستی و پرسەکانی خۆیانن، تا ئەندازەیەک درک بەوە ناکەن کەوا پاڵشتی سۆزداری و دەروونیان بە منداڵەکانیان نەداوە، تەنانەت ئەگەر ئەمەش بزانن ئەوە باکی پێنادەن و گرفتی خۆیان پێ سەرەکیترە لە هە منالەکانیان.

گرفتەکانی شێوازی مامەڵەی پشت تێکراو

ئەم منداڵانەی لە لایەن دایک و باوکیان پشت گوێ خراون بە ئەستەم دەتوانن لە داهاتوودا پەیوەندی و لەیەکتر نزیک بوونەوە دروست بکەن، تەنانەت لەگەڵ منداڵەکانی خۆشیان! ئەم شێوازەی مامەڵەکردن بەئاسانی لە نەوەیەک بۆ یەکێکی تر دەگوازرێتەوە، چونکە منالەکان فێری هەمان ستایل دەبن،ئەم منالانە هەست بەوە دەکەن کەوا ئەوان هیچ گرنگ نین و شایەنی ئەمە نین بایەخیان پێ بدرێت، ئەمەش هەستی بەهای خود لایان نزم دەکاتەوە و متمانەیان بەخۆیان کەم دەبێتەوە.

ئەم منداڵانە نمرەیان لە خوێندن کەمەو کەمتر دەتوانن پەیوەندی کۆمەڵایەتی دروست بکەن، زیاتر ئەگەری ئەمەیان هەیەتوڕەو توندو تیژ بن، کەمتر گوێڕایەڵی یاساو حکومەت دەبن و،زیاتر ئەگەری ئەوەیان هەیە تووشی ئالودەبوون بن بە مادەی هۆشبەر.

شێوازی مامەڵەی رێگا پێدراو
permissive

بە پێچەوانەی شێوازی مامەڵەی باوکسالاری، مامەڵەی رێگا پێدراو داواکاری کەمیان لە منالەکانیان هەیە و کەمترین چاوەڕوانیان لێدەکەن و، پێیان وایە کەمترین کۆنترۆڵیان لەسەر منالەکانیان هەیەو وەک پێویستیش لێهاتوو نین بۆ مامەڵەکردن لەگەڵیان، کاتێک لەوبەری شەقام لەگەڵ کەسێک قسە دەکەیت و منالەکەت لە دەستت را دەکات و دەیەوێت بە راکردن بپەڕێتەوە ئوتومبێلێک دێت و خەریکە لێی بدات، تۆ بێدەنگ دەبیت و هیچ کاردانەوەیەکت نابێت! دایک و باوکی بێباک زۆر کەم یاساو رێسا بۆ منالەکانیان دادەنێن، ئەوان زیاتر ئارەزوو دەکەن منالەکان خۆیان کاری خۆیان رێک بخەن و یاسا دابنێن، بەمەش دەیانەوێت لە رووبوونەوە لەگەڵ منداڵەکانیان خۆیان لابدەن، بەگشتی خەڵک بڕوایان وایە ئەگەر رێگا بە منداڵ درا کاروباری خۆی رێک بخات، ئەوا فێری پشت بەخۆ بەستن دەبێت، بەڵام لە راستیدا ئەم شێوازەی مامەڵەکردن رێک ئەم کارە پێچەوانە دەکاتەوە، چونکە کاتێک منداڵ خۆی یاسا بۆ خۆی دادەنێت،ئەوا دایک و باوک هیچ کۆنترۆڵیان نا مێنێت و منالەکەش لەسەر ئەوە منالەکانی خۆی پەروەردە دەکات.ئەو دایک و باوکەی شێوازی رێگە پێدراو دەگرنە بەر،ئەوا منالەکانیان زۆر خۆش دەوێت و هەموو ژیانیان بۆ ئەوان دادەنێن، هەوڵ دەدەن وەک هاوڕێ مامەڵەیان لەگەڵ بکەن، چونکە بڕوایان وایە بەم شێوەیە پەیوەندیان باش دەبێت، ئەمەش وا دەکات منداڵ لە بەرامبەر دایک و باوک یەکسان بێت، نەک کەسێک بێت پێویستی بە دایک و باوک بێت، بۆ ئەوەی گوێڕایەڵی منالەکانیان دەستەبەر بکەن، دایک و باوک هەوڵی پێدانی بەخشیش و پارە دەدەن نەک دانانی یاساو رێسا، تێڕوانینی خەڵک بۆ دایک و باوکی رێگا پێدراو ئەوەیە پێیان وایە ئەوان کەمتەر خەم و بێباکن،ئەم دایک و باوکانە چەند چەمکێکی هەڵەیان هەیە وایان لێدەکات بەم شێوەیە بەرامبەر منالەکانیان رەفتار بکەن وەک:ئەگەر من ئەو شتە نەکەم منداڵەکەم داوای دەکات، ئەوا منداڵەکەم منی خۆش ناوێت، بەم پێیەش داواکاریەکانی جێبەجێ بکەم، ئەوا دڵنیا دەبم منی خۆش دەوێت، کاتێک داواکاریەکانی منالەکەم جێبەجێ دەکەم ئەوا لەگەڵی تووشی کێشە نابم،

بۆیــە باشــترین ڕێــگا بۆ خــۆلادان لە کێشــە دابینکردنی داواکاریــە کانیەتی، دابینکردنــی داواکاریەکانــی منداڵەکەم مانــای ئەوەیە ئەو گرنگــە بۆ من، من نامــەوێ باوکســالار بــم بۆیــە ڕێگەی پێدەدەم خۆی بڕیار بدات! پێویستە ئەم دایك و باوکانە بزانن منداڵ بەبێ مەرج دایــك و باوکی خــۆش دەوێــت، ئەگەر یاساو ڕێنمایی بۆ ڕەفتارەکانی منالەکەت دابنێ و سنووری بۆ دیاری بکەیت، مانای ئەوە نییە منالەکەت ڕقی لێت دەبێتەوە، چونکــە دانانی ســنوور بە شــێوەیەکی درووست وا دەکات منداڵ ڕێز لە دایك و باوکی بگرێت.

کاریگەریەکانی شێوازی مامەڵەی ڕێگا پێدراو permissive

ئەم منالانەی بەم شــێوەیە پەروەردە دەکرێن هەست بە نائارامی و نا ئاسایشی دەکەن، چونکە کەس ڕێنمایی و زانیاریان پێنادات، بۆیە هەست بە بەرپرسیاریەتی ناکەن و بیرکردنەوەیان پێگەیشتوو نییە، ئەوان هەمیشــە گرفتیان لــە قوتابخانە هەیــەو لە وانەکانیان دوا کەوتوون، ئەم شــێوازەی مامەڵەیــە ئازادییەکــی ڕەها دەداتە منداڵ و ئەویش لە دەســت خۆی دەردەچێــت و بە ئارەزووی خۆی ڕەفتار دەکات، بــەلام ژیــان لــە دەرەوەی مــاڵ بەم شــێوەیە نییە، ئــەو ناتوانێت ئازاد بێت، لێرەشــدا لەگەڵ هاوڕێکانی تووشی گرفت دەبێت ئەم منالانە ناتوانن خودی خۆیــان یــان ئارەزووەکانیــان کۆنترۆڵ بکــەن، چونکە هیچ کاتێك پێویســتیان پــێ نەبووە، ئــەو دایــك و باوکەی بەم شــێوازە مامەڵــە لەگــەڵ منداڵەکانیان دەکەن، ڕێگە لــەوە دەگرن منداڵ فێری هەر شــارەزاییەك یان شێوازێك بێت بۆ خۆگونجاندن لە داهاتوودا.

دوا ووتە

پەروەردەی منــاڵ بابەتێکی ئاڵۆزەو هەر منالێــك تایبەتمەندی خۆی هەیە، بەداخەوە هیچ کەتەلۆکێك یان خشتەیەك نییە، گەرەنتی ئەوە بدات منالەکەت بە باشترین شــێواز پەروەردەبێت، زانیاری لــە بارەی شــێوازی مامەلــەی جیاواز و دەرەنجامەکانیان یارمەتی ئەوەت دەدات چ شێوازێك بۆ پەروەردە بەکار بهێنیت، ئەمەش گرنگە بزانیت ئەم شێوازانە ڕەها نین، بەڵکو لەســەر بنەمای لێکۆڵینەوەو توێژینــەوە دانراون، چونکــە جگە لەم شێوازانە کەســایەتی و میزاجی دایك و باوك و منالەکەش گرنگی خۆیان هەیە، جگە لەوە جیاوازی لە شێوازی مامەڵەی دایك و باوك و کەســایەتی هەر یەکەیان و ئایدۆلۆژیاو بیرکردنەوەی ئەو لە ژیان و باگگراوەندی پەروەردەیی خۆی.

ئەمانە هەمووی بڕیاری ئەوە دەدەن چــۆن مامەڵــە لەگــەڵ منداڵــە کانــت دەکەیــت، چونکــە مەبەســتی کۆتایــی بەختەوەری خێزانە.



کواڵیتی ژیانی دەزگا و دامەزراوەکان

شەماڵ موفتی

تێڕوانین Vision

لە نوسینەکانی پێشوماندا تیشکمان خستە سەر کواڵیتی ژیانی (تاك) و (کۆمەڵ) و (شار) و پێوەرەکانیان، ئەمجارە سەرنجتان رائەکێشین بۆ کواڵیتی (دامەزراوەکان) بە هەمو جۆرەکانیانەوە.

کۆمپانیایەك، رێکخراوێك، حیزبێك، یانەیەك، خێزانێك، گروپێك، هاوسەرگیرییەك، یان هەر پرۆژەیەك سەرکەوتو نابێت، ئەگەر ئایندەی خۆی بەدروستی نەبینێت، واتە ئەگەر خاوەنی (وێنا- تێڕوانین) ی واقیعی نەبێ بۆ جێکردنەوەی خۆی لە ئایندەدا، چونکە تێڕوانین وێنای ناو مێشکە، واتە: ئامانج و مەبەست و خەون و نەخشەی دامەزراندن و بەردەوامبونی دامەزراوە و پرۆژەکەیە.

گرنگی پلانی ستراتیجی

پلاندانانی ستراتیجی بۆ دەزگا و کۆمپانیا زەبەلاحەکان لە ئاستی ئایندەی دوردا مەسەلەیەکی زۆر گرنگە، هەروەها بۆ هەمو دامەزراوێك - با لە ٢ کەسیش پێك هاتبێ گرنگە. ئەو دارشتنە ستراتیجییە کە حیساب بۆ هەمو گۆڕانکاری و ئەگەرەکان ئەکا، لە خاڵێك و بنەمایەکەوە هەڵدەقوڵێت و دائەڕێژرێت کە پێی ئەوترێت: (تێڕوانین - رؤیة) و سەرکەوتن و شکستهێنان پەیوەستە بەوەوە.

بیرمەندانی ستراتیج ئەفەرمون: ئەگەر هەمو ئەندامێکی تیمی بەڕێوەبردنی هەر (وڵاتێك، دەزگایەك، حیزبێك، پرۆژەیەك،...هتد) بەشدار بکرێن لە دەوڵەمەندکردنی ئەو دەزگایە/ پرۆژەیە..... ئەوە ٦ جار کاریگەرتر دەبێ.

واتا، بواردان بە (ئەندامان، تیم، گروپ....)ی - خێزان، کارگە، دەزگا، دامەزراو، ...هتد، تا بەشداربن بۆ پێکهێنان و دەوڵەمەندکردنی (تێڕوانین) و مەبەست و ئامانجی دەزگاکەیان، چەمکێکی گرنگە بۆ ئایندە تا ئەو (تێڕوانینە جۆراو جۆرانە) پاڵنەربن



بۆ دارشتنی پلانێكی تۆكمه و دروست، تێروانینێكی واقعی دور له خه‌یاڵ، درێژخایه‌ن و به‌توانا له خوێندنه‌وه‌ی گۆڕانكارییه‌كانی ئاینده.

هه‌نـــدێ كۆمـپـانـیـای ئـه‌لكـترۆنی تێروانینه‌كه‌ی بریتییه له فرۆشتنی لاپ تۆپێك بۆ هه‌مـو لاوێـك له جیهاندا... هه‌رچه‌نده ئه‌مه خه‌ونێكه و مه‌حاڵه بێته دی، به‌لام پاڵنه‌ره بۆ هه‌موو كارمه‌ندان كه ئه‌وه‌ی له توانایانه بیخه‌نه گه‌ڕ. رێكخراوی خێرخوازی واش هه‌یه (تێروانینه‌كه‌ی) نه‌هێشتنی هه‌ژارییه... ئه‌مه‌ش بێ گومان - به مانـه‌وه‌ی سیاسه‌ته ئابورییه نێو ده‌وڵه‌تیه‌كانی ئێستا - كارێكی مه‌حاڵه، به‌لام پاڵنه‌رێكی زۆر به هێزه بۆ تیمه‌كانی كه ئه‌وپه‌ڕی توانایان به خه‌رج بده‌ن بۆ كه‌مكردنه‌وه‌ی رێژه‌ی هه‌ژاری.

چاك وایه ده‌ست بردن بۆ بونیادنانی هـه‌ر پـرۆژه‌یـه‌ك بـه (تـێـروانـیـن) و بـیـركـردنـه‌وه‌ی گـه‌وره ده‌سـت پێبكات، له‌گه‌ڵ ره‌چاوكردنی سوننه‌ته‌كانی ژیان و بێداربونی گۆڕانكارییه سیاسی و ئابوری و كۆمه‌لایه‌تییه‌كان، واتا هه‌نگاو به هه‌نگاو و قۆناغ به قۆناغ بێ بازدان و قه‌ڵه‌مباز بـه‌سـه‌ر یاساكانی ژیـان، خـوای گـه‌وره بونه‌وه‌ری به شه‌ش رۆژ دروستكرد و ده‌یتوانی به (كن فیكون) دروستی بكات، به‌لام تێمان ده‌گه‌یه‌نێت كه سوننه‌تی ژیان (هه‌نگاو به‌هه‌نگاو و قۆناغ به‌قۆناغه). گۆشت و نان و میوه و سه‌وزه زۆر گرنگن بۆ مرۆڤ به‌لام كوشنده‌ن بۆ شیره‌خۆره... چونكه له قۆناغێكدایه نه ددانی هه‌یه و نه گه‌ده و ریخۆڵه‌ی ئاماده‌یه و ده‌بێ دوو ساڵێك شیری دایكی بنۆشێ تا ئه‌و قۆناغه تێپه‌ڕ ده‌كات.

تـێـروانـیـن هـۆی بـوونـی هه‌مـو (دامـه‌زراوه، پـرۆژه) یه‌كه، ده‌بێ له سه‌ره‌تاوه جـاری بۆ بـدرێ تا كۆده‌نگی له‌سه‌ر دروسـت بێ له پێناوی ئـه‌وه‌ی هه‌نگاوه عه‌مه‌لییه‌كان له‌سه‌ر بنه‌مایه‌كی كۆنكرێتی دابمه‌زرێت.

بیرمان نه‌چێ ده‌بێ په‌یامه‌كان به وشه‌یه‌ك یان چه‌ند وشه‌یه‌كی روون و ئاسان بگاته خه‌ڵكی.



ئایا ده‌بینیت؟

جونمید سواقی
و:ئیمان ناصح

یه‌كـه‌م جاری بوو رێـی بكه‌وێته ئه‌و شاره‌وه بۆیه شاره‌زای هیچ شوێنێك نه‌بوو له‌هه‌مان كاتیشدا به شـوێن ناونیشانێكدا ده‌گه‌ڕا، له‌دوای گه‌ڕانێكی زۆرو ماندووبون نزیك ئوتومبێلێك بوویه‌وه كه له قه‌راغی شـه‌قامێكدا وه‌سـتابوو، منداڵێكیـش له كوشـنی دواوه‌ی ئوتومبێله‌كه دانیشتبوو، كابرا رووی كرده منداڵه‌كه‌و وتی: رۆڵه‌كه‌م بێگانه‌م و شاره‌زای ئه‌م ناوه نیم، به‌شوێن فرنێكـدا ده‌گه‌ڕێم كه لـه نزیك پاركێكه، به‌پێی قسـه‌ی خه‌ڵك بێت لـه نزیك ئه‌م ناوه‌وه‌یه.

منداڵه‌كه جامه‌كه‌ی تا كۆتایی دادایه‌وه‌و وه‌لامی دایـه‌وه: منیش زۆر جیاوازنیم له تۆ، ئه‌مـه یه‌كه‌م جارمه كـه دێمه ئێره، له‌گه‌ڵ ماڵه‌وه‌دا بۆ گه‌شت هاتوین ئێستاش ئه‌وان دابه‌زیوون بۆ دوكانێك تا شت بكڕن.

پیاوه‌كـه لـه دوای بیسـتنی قسـه‌ی منداڵه‌كـه خه‌ریـك بـوو هه‌ندێـك لـه ئوتومبێله‌كه دوور ده‌كه‌وته‌وه كه منداڵه‌كه لـه دوایه‌وه هاواری لێكـردوو وتی: داوای لێبـوردن ئه‌كه‌م كـه ناتوانـم یارمه‌تیت بـده‌م، به‌لام ئه‌وه‌نده‌ی مـن بزانم ده‌بێت له‌لای راسته‌وه به‌ره‌و پاركه‌كه برۆیت.

پیاوه‌كه له منداڵه‌كه‌ی پرسـی كه ئایا سـه‌ره‌ڕای ئه‌وه‌ی ئه‌ویش بێگانه‌یه‌كه به‌و شاره چۆن ئه‌وه ده‌زانێت؟

منداڵه‌كه به‌هه‌ندێك سه‌رسوڕماوییه‌وه وه‌لامی دایه‌وه‌و وتی: ئه‌ی هه‌سـت به‌بۆنی ئه‌و گوڵانه ناكه‌یت له پاركه‌كه‌وه دێت؟ ئێ ده‌نگی باڵنده‌كانیش هه‌ر له‌ولایه‌وه دێت.

پیاوه‌كه پرسـی: ئێ باشه، به‌لام ره‌نگه ئه‌مـه هی پاركێـك نه‌بێت به‌ڵكـو ته‌نها دارێك بێت.

منداڵه‌كه: به ته‌نها بۆنی گوڵێك هێنده به‌هێـز نابێـت و بلاوبێتـه‌وه، وه ته‌نهـا ده‌نگی چه‌نـد باڵنده‌یه‌كیش هێنده به‌رزو بـلاو نابێتـه‌وه، چونكه زو زو سـه‌ردانی پـارك ده‌كه‌م بۆیـه ده‌زانم، هـه‌م ئه‌گه‌ر نه‌فه‌سـێكی درێژیش هه‌ڵكێشی ئه‌وا بۆنی ئـه‌و نانه تازانـه‌ش ده‌كه‌ی كه له فرنه‌كه ده‌رده‌هێنرێت.

پیاوه‌كه بۆ تاقی كردنه‌وه نه‌فه‌سـێكی درێژی هه‌ڵكێشـا، له‌به‌رامبه‌ر ئه‌وه‌دا بینی كـه منداڵه‌كه هیچ هه‌سـتی پـێ نه‌كرد، پیاوه‌كه تێگه‌شـت كه منداڵه‌كه نابینایه، وه له‌به‌ر شـڵه‌ژاویی قسه‌كانی لێ تێكه‌ڵ و پێكه‌ڵ بوو.

منداڵه‌كه كه به‌و شـتانه راهاتبوو، به ده‌نگێكی سارده‌وه وتی: ٣ ساڵ پێش ئێسته له رووداوێكدا چاوه‌كانم له ده‌ست دا، خۆ شكور ئه‌وانه‌ی تۆ سه‌لامه‌تن؟

پیاوه‌كـه ئاوڕێكـی بـه‌لای راسـتی شـه‌قامه‌كه‌دا دایـه‌وه‌و به‌بینینی پارك و هه‌ست كردن به بۆنی فرنه‌كه وه‌لامی كوره بچوكه‌كه‌ی دایه‌وه‌و وتـی: ئێتر له‌مه‌ودوا دڵنیانیـم، تاكه شـتێك كه لێـی دڵنیابم ئه‌وه‌یه كه تۆ باشتر له من ئه‌بینیت.



یاسای بەڕێوەبردنی کات

ئاسۆس ئەنوەر سلێمان : مامۆستای زانکۆ

دەستپێك:

کات بریتییە لە ژیان، بریتییە لە گرنگترین و دەگمەنترین ڕەگەز و بەخششەکانی مرۆڤ، هەر لەسەرەتاوە لە کاروباری بەڕێوەبردندا گرنگی پێدراوە، بەشێوەك بەکارهێنانی کارا و گونجاوی کات وا پێناسە کراوە، کە بریتییە لە خاڵی جیاکەرەوەی بەدەستهێنانی دەستکەوت یاخود لەدەستدانی لەلای دەستکەوت لەلای مرۆڤدا، یاخود وەك دەوترێت: کات ئەو سەرمایەیە کەناتوانرێت نوێ بکرێتەوە یاخود لە ئاستێکدا ڕابوەستێنرێت یاخود توانستی ئەوەمان هەبێت بیگەڕێنینەوەو بەهەر نرخ و هەوڵدانێك بێت، تەنانەت ناتوانین بیبەخشینەوە، چونکە ئەوەیان لەتوانای مرۆڤ دەردەچێت و لەلایەن خودای گەورەوە دەبەخشرێ یاخود وەردەگیرێتەوە چونکە پەیوەندی بە تەمەنی مرۆڤەوە هەیە[1].

چوارگۆشەکانی بەڕێوەبردنی کات لای ستیفن کوفی:

چوارگۆشەکانی کات بەمانای ئەوە دێت کە ئێمە ڕیزبەندی یاخود پۆلێنکردن بۆ تەواوی ئەو کارو چالاکیانەی کە بە نیازین یاخود پێویستن ئەنجامیان بدەین دەستنیشان بکەین، بێگومان لەسەر بنەمای پلەبەندییان، هاوکات لەڕووی گرنگیی و خێرایی ئەنجامدانی کارەکان، واتە وەبەرهێنان لەکاتی خۆماندا بکەین و بوار بەوە نەدەین کات ببێتە ڕەگەزێکی بێ نرخ لە ژیانماندا، بەڵکو بتوانین دابەشی بکەین بۆ ئەوەی زیاترین سوودی لێوەربگرین.

ستیفن کۆفی بەشێوەیەکی زۆر ڕوونو ئاشکرا، لە چوارچێوەی ئەم یاسایەیدا کاروچالاکییەکانی دابەشکردووە بەسەر کات، بۆ ئەوەی بتوانین وریای خۆمان بین سوود لە کاتی خۆمان ببینین، ئەمەش لەڕێگەی دانانی نەخشەیەك یاخود هاوکێشەیەك کە لە(چوار) چوارگۆشە پێکهاتووە:



چوارگۆشەی یەکەم: چالاکی گرنگ و خێرا:

ئەمەیان ئەو کاروچالاکیانە دەگرێتەوە کە داواکاری ئێستان و ناکرێت بۆ کاتێکی تر دوابخرێن، دەبێ لە ڕیزبەندی یەکەمدا ئەنجام بدرێن، وەك: هەندێك گرفتی لەناکاو لەچوارچێوەی خێزان یاخود ڕێکخراودا، یان ئامادەکردنی وانە بۆ تاقیکردنەوە لەکاتێکی خێراو پەلەدا، یاخود ئامادەبوون لە کۆڕو کۆبوونەوەیەکی گرنگدا....هتد

ئەو کەسەی خۆی لە چوارگۆشەی یەکەمدا دەبینێتەوە بەردەوام لە دڵەڕاوکێدایەو وا هەست دەکات فریای کارەکانی ناکەوێت و کاتەکەی یەکجار کەمە بەرامبەر بەو هەموو چالاکییەی کە پێویستە و دەبێ ئێستا ئەنجامیان بدات، واتە ژیانی پێکدێت لە زنجیرەیەك گرفتی هەنووکەیی، هۆکارەکەشی ئەوەیە پێشتر خۆی بۆ ئەم کاروو چالاکییە ئامادە نەکردووە، واتە نەیتوانییوە ئیدارەی کاتی خۆی بکات. (دراکر) دەڵێت: ((کات دەگمەنترین بەخششی مرۆڤە، ئەگەر نەتوانێت ئیدارەی بکات، ئەوا کەسەکە ناتوانێت هیچ شتێك ئیدارە بکات))[2] چاوەڕێی کردووە تا کاتی دێت، بۆیە فریای خۆی ناکەوێت و کارەکان لەسەری کەڵەکە دەبێت. نموونە: قوتابی لە سەرەتای دەستپێکردنی ساڵی خوێندنەوە وەك پێویست ئاگاداری وانەکان نابێتو لەکاتی خۆیدا ناخوێنێت، بۆیە لەکاتی تاقیکردنەوەدا وەك پێویست زاڵنابێت بەسەر خۆئامادەکردن بۆ تاقیکردنەوەکەی ئەگەرچی خێراییەکی زۆری پێوە دیاردەبێت بۆ کارێکی گرنگی لەمجۆرە.

چوارگۆشەی دووەم: ئەو چالاکیانەی کە گرنگن بەڵام هەنووکەیی و خێرا نین:

ئەو کارو چالاکیانە مەرجێکی هەنووکەییان لەسەر دانەنراوە بۆ ئەنجامدان، واتە کاتێکی زیاترمان لەبەر دەستدایە بۆ ئەنجامدانی، وەك هەریەك لە چالاکیەکانی: پلاندانان بۆ داهاتوو، گرنگیدان بە تەندرووستی، خۆ ڕۆشنبیرکردن، ئەم ئەرك و چالاکیانە لەڕووی کاتەوە دەبێ لەدوای کارەکانی چوارگۆشەی یەکەم ئەنجامبدرێن.

بۆ نموونە: دانانی پەرتووك لەلایەن نووسەرێکە بەکارێکی گرنگ لەقەڵەم دەدرێت، بەڵام ئەنجامدانی هەنووکەیی نییە، بەڵکو ماوەیەکی دیاریکراوی بۆ تەرخان دەکەیت.

چوارگۆشەی سێیەم: ئەو چالاکیانەی کە گرنگ نین بەڵام هەنووکەیی و خێران:

هەندێك کارو چالاکی یاخود پێشهات

---

[1] مفهوم الوقت واهميته في الإدارة، www.elebda3.com

[2] تعريف الوقت وتحديد مفهومه بحث عن ادارة الوقت، منتدى وديان جراح

هەن ئەوەندە بنچینەیی و گرنگ نین بۆ ژیان کە تۆ بیکەیت بە مەرجێك کە بڵێیت دەبێ ئێستا ئەنجامی بدەم، ئەم ئەرك و چالاکیانە لەڕووی کاتەوە دەبێ لەدوای کارەکانی چوارگۆشەی دووەم ئەنجامبدرێن، ئەگەرچی خەڵکانێکی زۆر دەیانخەنە پێش چوارگۆشەکانی تر.

بۆ نموونە: تەماشاکردنی بەرنامەی تەلەفزیۆنی یان یاری تۆپی پێی.....هتد، لای هەندێك کەس بەم شێوەیە، کە ئەمەش زۆربەی کاتەکان ڕادەی ئارەزوومەندی تاك بۆ شتێك، وادەکات ئەو کەسە بەمشێوەیە پلەبەندی بکات و بیخاتە ڕیزی پێشەوەی کارەکانی و زۆر بەبایەخەوە تەماشای بکات، لەکاتێکدا ئەنجامنەدانی ئەم کارە هیچ لە بایەخی ژیانی کەم ناکاتەوە....

چوارگۆشەی چوارەم: ئەو چالاکیانەی کە گرنگ نین و خێراش نین:

وەك زۆربەی یاری و چالاکییەکانی کات بەسەربردن کە بەرهەمێکی دیار و سوود و قازانجی بۆ کەسەکە نابێت، بۆیە نە پێویستە بە گرنگ سەیربکرێن، نە خێرابین لە ئەنجامدانی، بگرە زۆر کات ئەنجامدانی هەندێکیان تەنیا بەفیڕۆدانی کاتە و هیچ سوودی نییە، لەوانە: یارییەکانی وەك دۆمینەو یارییە کۆمپیوتەرییەکان و ..... هتد[2]، کە بەداخەوە لەکۆمەڵگەی ئێمەدا زۆرن ئەو کەسانەی سەرقاڵی هەندێك کارو چالاکین کە خزمەت بەخۆیان و کۆمەڵگەکەیان ناگەیەنێت و نابێتە مایەی دەستکەوت و قازانج بۆکەسەکە.

سەرنج و پێشنیار:

کات سەرمایەیە بۆ ژیان، نەبوونی کات واتە نەبوونی کاروچالاکی.

پێویستە کارەکانمان بەپێی گرنگی و خێرای ڕیزبەند بکرێن.

کاری گرنگ لەپێناوی کاری بێ بایەخ فەرامۆش نەکرێن.

پلانێك دابنرێت بۆ دابەشکردنی کارەکانمان بەسەر کاتی ژیانمان، بەشێوەیەك مەودای گرنگی بوون و خێرایی بوونی کار بکرێت بە پێوەری دانانی ئەم پلانە.

٢- http://www.multka.net مربعات تنظيم الوقت ستيفن كوفي



با لە گەلی ژاپۆنەوە فێربین!

و: هاوڕێ یاسین

١- لە ژاپۆن لە پۆلی یەك تا شەشی سەرەتایی وانەیەك دەخوێنن بە ناوی (ڕێگای ڕەوشت) کە تێیدا خوێندکار فێری ڕەوشت و هەڵسوکەوتکردن لەگەڵ خەڵکیدا دەبێت.

٢- لە پۆلی یەکی سەرەتاییەوە تا پۆلی سێیەمی ناوەندی دەرنەچون نیە، چونکە ئامانج پەروەردەکردن و چاندنی چەمك و دروستکردنی کەسایەتیە، نەك تەنها فێرکردن وگوێگرتن بێت !!

٣- ژاپۆنیەکان هەرچەندە یەکێکن لە گەلە هەرە دەوڵەمەندەکان، بەڵام خزمەتکاریان نیەو دایك و باوك بەرپرسن لە ماڵ و منداڵەکانیان.

٤- منداڵە ژاپۆنیەکان ڕۆژانە بۆ ماوەی چارەکێك خوێندنگاکەیان خاوێن دەکەنەوە، ئەمەش وا دەکات کە نەوەیەکی بێفیز بێتە ئاراوە و سوڕ بن لەسەر پاك وخاوێنی وڵاتەکەیان!!

٥- منداڵەکان فڵچەی دەم و دانیان پێیە لە قوتابخانەدا، دوای نان خواردن دەم و دانیان پێ پاك دەکەنەوە، هەر لە منداڵیەوە فێر دەبن کە چۆن پارێزگاری لە تەندروستی خۆیان بکەن.

٦- بەڕێوبەری قوتابخانەکان نیو سەعات پێش قوتابیەکان لە خواردنی قوتابیەکان دەخۆن، بۆ دڵنیا بوون لە سەلامەتی خواردنەکە، چونکە پێیان وایە قوتابیەکان ئایندەی گەلی ژاپۆنن و پێویستە بیانپارێزن.

٧- کرێکاری خاوێنکردنەوە لە ژاپۆن پێی دەڵێن: (ئەندازیاری تەندروستی) موچەی مانگانەی لە نێوان ٥٠٠٠ بۆ ٨٠٠٠ دۆلارە، کرێکاریش پێش دەست بەکاربونی بەشداری تاقیکردنەوە بەشێوەی زارەکی و نووسین دەکات.

٨- بەکارهێنانی مۆبایل لەنێو شەمەندەفەر و چێشتخانەکان و شوێنە داخراوەکان قەدەغەکراوە، بێدەنگ کردنی مۆبایلەکانیان ناوناوە (ڕەوشت).

٩- کاتێك دەچنە چێشتخانەیەکی بۆفیەوە ئەوا هەرکەسێ بە گوێرەی پێویستی خۆی خواردن هەڵدەگرێت و لەپاش خۆی هیچ خواردنێکی زیادە لە ناو دەفرەکەیدا بەجێناهێڵێت.

١٠- تێکڕای دواکەوتنی شەمەندەفەر لە ژاپۆن لە ساڵێکدا تەنها ٧ چرکەیە، چونکە گەلێکن نرخی کاتیان لایە، زۆر بە وردی سوڕن لەسەر پاراستنی چرکەو خولەکەکان.



و: ئەمیر ئەحمەد عبدالقادر

ئەڵقەی کۆتایی

١٠ دەروازەکانی سەرکەوتن

دەروازەی شەشەم: پێشبینی کردن ڕێگایە بەرەو واقع.

ئەمرۆکە هەین چونکە بیرۆکەکانمان هەن، و سبەینێش دەبین ئەگەر بیرۆکەکانمان ئامادەبن . ئەوەی ئەمرۆ تۆی لە سەری بەرئەنجامی هەموو بیرۆکەکانتە. هەر چی یەك پێشبینی بکەیت بە دڵنیایی یەوە لە ژیانتدا بە کردەیی ڕوودەدات.

دکتۆر لە گەڵ خێزانەکەی چووە دەرەوەی وڵات، لە باگگراوەندی ئەقڵیدا بیرۆکەیەکی نەرێنی سەری هەڵدا کە ماڵەکەی دەدزرێت، ئەوەی دکتۆر پێشبینی کرد ڕوویدا، بێ ئەوەی هەست بکات – ئەقڵی ئاماژەی ئەرێنی دا بە دزەکان کە بێنە پێشەوە، بەم شێوەیە زۆرێك لە ئێمە بە نیگەرانیەکی زیادەوە ئەم کارە دەکەین، بۆیە زۆربەی جار ئەوەمان دەست دەکەوێت کە پێشبینی دەکەین.

هەر ئێمە هۆکاری پەیدابوون و کۆبونەوەی بەربەستێکی خۆڵین لە پاشان سکاڵا دەکەین کە ناتوانین بە ڕوونی شتەکان ببینین.

کاتێك ئەقڵت لە سەر پێشبینی ئەرێنی بەرنامە ڕێژ دەکەی هەر ئەو کاتە دەست بە بەکارهێنانی تواناکانت دەکەی بۆ هێنانەدی خەونەکانت. کاتێك خۆت ڕام دەکەی کە بە ئەرێنی بیردەکەیتەوە دەستبەجێ هەستە خۆت بگەزە بە شێوەیەك ئازارێکی کەمت بدات بە جۆرێك وات لێ بکات لە بیرکردنەوەی نەرێنی ڕابکەیت. با ئەم فەرموودە پیرۆزە دروشمت بێ لە ژیاندا

((تفائلوا بالخیر تجدوە))

دەروازەی حەوتەم: پابەندبوون

خەڵکی هەندێ جار شکست دێنن، هۆکاری ئەمە کەم توانایی ئەوان نییە، بەڵکو لە ناتەواوی پابەندبوونیانە.

کەسێ وا گومان ببات بە هۆی هەندێك ناستەنگەوە شکستی هێناوە پێویستە لە سەری تەماشای (تۆماس ئەدیسۆن) بکات کە دە هەزار جار هەوڵی دا بەر لەوەی گلۆپی کارەبا بدۆزێتەوە. بەسەر هاتی گەنجێك هەیە کە دوو هەزار نامەی داواکاری دامەزراندنی ناردووە بە تەنها کۆمپانیایەکیش پەسندی نەکردووە، بەڵام ئەو بێ هیوا نەبووە جارێکی تر دوو هەزاری تری ناردەوە، و هیچ وەڵامێکی نەدراوەتەوە، تاکو ڕۆژێك لە فەرمانگەی پۆستە داوای دامەزراندنەکەی پەسند کرا، کە سەرسام بوو بە پابەندبوون و بێ هیوا نەبوونی یەوە.

پابەندبوون هێزێکی ناوخۆیی یە کە پاڵمان پێوە دەنێ بۆ بەردەوام بوون تەنانەت لە گەڵ ناستەنگترین بارودۆخ و ناخۆشیەکاندا، کە وات لێ دەکات هەموو هێزو توانا شاراوەکانت دەربخەیت.

دەروازەی هەشتەم: نەرم و نیانی و هێزی بەزەیی.

هەموو ئەوەی باس کرا جوان بوو، بەڵام بێگومان پێویستی بە بیرکردنەوەو تێ ڕامان هەیە، دووبارەبونەوەی هەوڵەکان کە نابنە هۆی سەرکەوتن هیچ لە ئەنجامەکەی ناگۆڕی هەر چەندە هەوڵەکان هەمەجۆر بن.

داینەسۆرەکان نەیان توانیوە لە گەڵ ژینگەی دەوروبەریان خۆیان بگونجێنن لە بەر ئەوە لە ناوچوون، بە پێچەوانەوەی یەك قۆچ (الخرتیت) کە توانی خۆی بگەنجێنێ و تاوەکو ئەمڕۆش دەژی.ئەگەر بەیانی هەستای و بینیت ڕێگای ئاسایی کە لێیەوە دەچی بۆ کار داخراوە، ئەوە چی دەکەیت؟ ئایا جەنجاڵی ڕادەگەیەنێ یاخود بە شوێن ڕێگایەکی تردا دەگەڕێی؟

ئەو ڕۆژەی هەلی کارت دەست دەکەوێت هەر ئەو ڕۆژە بە دوای کارێکی تردا بگەڕێ، پێویستە لە سەرت هەمیشە دەرفەتەکان لە بەردەمت واڵا بن.

بەڵێ گەشبینی و بیرۆکەی ئەرێنی بە توندی خوازراون، بەڵام ئەوە ئەگەری ڕووداونی لەمپەڕو ناستەنگ ڕەت ناکەنەوە و پێویستە پێشتر ئامادە باشی بۆ بکرێ، چونکە ڕێگاکە بە گوڵ نەچێنراوە. هەمیشە پلانێکی ئەلتەرناتیف بۆ خۆت دابنێ، بەڵکو زیاتر لە پلانێك ساز بکە.

دەروازەی نۆیەم :- ئارام گرتن.

زۆرێك لە بارەکانی شکست هێنان لە ژیاندا هی کەسانێك بوون نەیان زانیوە چەند نزیك بوونە لە سەرکەوتن کاتێك خۆیان بە دەستەوەدا.

ئەو مرۆڤەی بتوانێ خۆی ڕابگرێ و ئارامگربێ دەتوانێ هەموو شتێ بکات. بە تەماشاکردنی ئایەتە پیرۆزەکانی قورئان ووردبوونەوە لێ یان دەبینین چەندین جار باسی ئارامی و ئارامگری ژن و پیاو کراوە بۆ ئەوەی تێبگەین کە ئارام نەگرتن یەکێکە لە هۆکارەکانی شکست هێنان، چونکە بەر لە سەرکەوتن ڕووبەڕووی ناستەنگ و ڕێگری و بەرنگاری کاتی دەبیەوە، ناتوانی بەسەریدا زاڵ بی ئەگەر بە ئارام گرتن خۆت چەکدار نەکەی.

ئارام گرتن بنەمای خۆی هەیە کە بریتییە لە کاری سەخت و دژوار و پابەندبوون، تاکو ئارامی لە بەرژەوەندی تۆدابێت، بێ هیوا مەبە چونکە ئاساییە کە دوایین کلیل لە زنجیرەی کلیلەکان دەرگاکە بکاتەوە.

دەروازەی دەیەم:- ڕیکخستن بنچینەی زاڵبوونە بەسەر دەروون.

هەمووومان کارەکانمان ڕێك و پێکن، ئێمە ڕۆژانە بە ڕێك و پێکی تەماشای تەلەفزیۆن دەکەین بەڵام ئەم ڕێك و پێکیەش لە خووی خراپ بەکاری دەهێنین نمونەی جگەرەکێشان و خواردن بە هەڵپە...

لە کاتێك دا سەرکەوتووان ئەم ڕێك و پێکیە بە کاردە هێنن لە چاك کردنی ژیان و گوزەرانیان و بەرزکردنەوەی ئاستی تەندروستی و داهاتی ڕۆژانە و چوستی جەستەیان.

خووە خراپەکان خۆشی و چێژت پێ دەبەخشن بۆ ماوەیەکی کورت، و هەر ئەوانەش دەبنە هۆی ئازارو نەخۆشی و دەردەسەری بۆ ماوەیەکی درێژ.

ئەگەر کارەکانت ڕێك و پێك نین و هەردەم ئارەزوی سەرکەوتنت هەیە بە ئەرێنی چەکدار دەبێ بە شێوەیەکی ڕۆژانە و گەرم و گوڕیەوە بێگومان شکست دەهێنی.

ڕێك و پێکی خود زاڵبونە بە سەر خود ئەوە تەنها خەسلەتێکە کە وا لو مرۆڤ دەکات شتی نائاسایی ئەنجام بدات و ئەو هێزەیە کە دەتگەیەنێتە ژیانێکی باشتر.هەوڵ و تێکۆشانی بێ وچان هەر بەرگریەك ناو دەبات دکتور ابراهیم هەریەك لەو دەروازانەی بەم ووتەیە کۆتایی پێهێنا:

هەموو ساتێ وەها بژی کە دوا ساتە بە باوەڕەوە بژی، بە هیواو بژی، بە خۆشەویستی بژی، بە خەبات بژی، و بەهای ژیان بزانە، سەرەڕای مەزنی و گەورەیی ئەم پوختەیە، بەڵام بە توندی داواتان لێ دەکەم بۆ کڕینی ئەم کتێبە، و بەردەوام خوێندنەوەی، و هیواخوازم ئەگەر چەندین جار ئەو وتارە چاپ بکەنەوە، و بەسەر هاوڕێ و هەڤاڵانتان دابەشی بکەن ئێمە ئەمڕۆ پێویستمان بە بیرکردنەوەی ئەرێنی هەیە بۆ پڕ کردنەوەی پاتری یەکانی هیوامان، بەوەش کۆتایی دەهێنم کە دکتور کۆتایی پێ هێنا : هیوا ناخوازم بۆ شانسێکی باش بۆت چونکە تۆ دەتوانی شانسی خۆت دروست بکەی.

ئـامانج وكـاریـگەری لـە ژیـانی مـرۆڤـدا

پوختەیەك دەربارەی ئامانج

زۆرن ئەو كەسانەی مردوون و ژیانیان بەبێ ئامانج تێ پەڕكردووەو بەشێوەیەكی كلاسیكی ژیاون و ئێستا ناویان لەبیركراوە، بەڵام ئەوەجێی نیگەرانی نیە، بەڵكو خەم خواردنیش بۆشتە لەدەست چوەكان و ڕابردوو ژیرانە نیە، تەنها بۆسودوەرگرتن و پەندوەرگرتن پێویستە بگەڕێینەوە بۆڕابردوو، ئەوەی جێی داخو نیگەرانیەو ئازاربەخشە ئەوەیە بەشێكی زۆرلە ئێمە بەبێ ئامانج ژیان بەرێ دەكەین بەتایبەت گەنج ولاوەكانمان!!

لەمێژینەیە زانایان وتوویانە:(كەسی بەبێ ئامانج وەكو مردوووایە)! لەڕاستی دا جیـاوازی مـرۆڤ لـەگـەڵ بـونـەوەرو زیـنـدەوەرەكـانـی تـردا بـەهـۆی ژیـری وهزروئامانجەكانیەتی لەژیاندا...

كاره ساتێكی گەورەیە كەسێ نەزانێ بۆچی دەژیـت؟ ئـایـاكـەسـێ لـە ئێمە حـەزدەكـات لـەسـەرگـۆڕەكـەی بنوسرێت ئەمەگۆڕی كاك هیچە؟! بێگومان نەخێر، كەواتە ئەركی ڕۆشنبیران وپەروەردەكارانە كەواتیشك بخەنە سەرئەوخاڵە ئەویش چاندنی ئامانجە لەمێشك ودەروونـی تاكەكاندا لەسەرجەم كایەكانی ژیاندا...

زۆرجارپرسیارم ئاراستەی گەنجولاوە كانمان كـردووە لەسەرئاستی زانكۆو پەیمانگاو وتـومـە ئامانجتان چیە لە ژیاندا؟

هەندێك لـەوانـە ووتـویـانـە نازانین مەبەستت چیە؟! هەندێ لەوانە زۆ ر رەشبینانە وەڵامـیـانـداوەتـەوە ئامانجی چی؟!

زۆرجارئـەوپـرسـیـارەمـان ئاراستەی (قوتابیان - خوێنكاران) ی ناوەندی و ئامادەیی كردووە: ئێوە ئامانجتان چیە؟ دەتانەوێت ببن بەچی لەئاییندەدا؟ بەداخەوە هەندێكیان وەڵامیان نازانم بووە!!

دەتوانم بڵێم بەشێكی زۆری ئەوانە، بارگاوی بون بەم كلتورە سلبیەی وڵاتی خـۆمـان، كـەلاسـایـی كـردنـەوەیـە بەبێ بیركردنەوەو لێكدانەوە!! وەڵامیان بەم شێوە بووە: دەمەوێت ببم بەپزیشك یان ئەندازیار یان پارێزەر!!

بەشێكی كەمیان پیشەی مامۆستایی وفـەرمـانـبـەری و بـوارەكـانـی تـریـان هەڵبژاردووە!!

لێرەدا پرسیارگەلێك درووست دەبێ: ئاخۆدەبێت ئەم وڵاتەی ئێمە تەنهاپێویستی بە پزیشك و ئەندازیارو پارێزەربێت؟!

یـان ئـەو كـەسـانـەی باسی كۆلێژی پزیشكی وئەندازیاری و یاسادەكەن دەبێت ئارەزوو خولیایان بێت وبەرچاوڕۆشنبن؟

ئایائەم وڵاتەی ئێمە هێندەی كێشەی سیاسیی وئـابـوری كۆمەڵایەتی و هەیە هێندە كێشەی تەندروستی و بیناكاری



بەختیار أحمد
توێژەری دەروونی

ئـەڵـقـەی یـەكـەم

هەیە؟

ئایائەم وڵاتەی ئێمە تەنها بە پسپۆری پزیشکو ئەندازیار وپارێزەر بەڕێوە دەچێت؟پێویستی بە پسپۆڕیەکانی تر نیە؟!

ئەمانەودەیان پرسیاری تر ..

لەگەڵ ئەوپەڕی ڕێزم بۆ پزیشك وپارێزە روئەندازیارە دڵسۆزەکان بەڵام هەندێك لەوانە هێندەی ئامانجیان بازرگانی ودەوڵەمەندیە لەسەرحیسابی خاك وخەڵك هێندە دیدێکی ئەکادیمی ودڵسۆزی و تایبەتمەندی وخزمەتکردن نییە!!

بەداخەوە دەڵێم زۆربەی سەرمایەی وڵات وهاوڵاتیان هێندەی لەپێناوی دەرمان وسەردانی دکتۆردا خەرجدەکرێت، باوەڕناکەم هیچ لایەنێکی تری خزمەتگوزاری ژیان ئەوەندەخەرجی هەبێت!!

سەرەڕای ئەوەش ئەوبەڕێزانەی کەبە(تقلید)لاسایی کردنەوە ئەوکۆلێژانە هەڵدەبژێرن ئەوەندەی ئامانجیان ناووناوبانگ وبەهێزکردنی پێگەی ئابووری وکۆمەڵایەتی وخودیی وبەرژەوەندی تاکەکەسیە،هێندە مەبەستی مرۆڤ دۆستانەولایەنی زانستی وبەرەوپێشبردن وداهێنانی تێدانیە!!

کارەساتەکە لێرەوە دەستپێدەکات کاتێ کەسێ بەبێ هۆشیاری ونەبوونی هیچ ئارەزوویەك بۆئەوپیشەیە ژیانی بەفیرۆدەدات بەدڵنیاییەوەکەسێکی (پرۆفیشناڵ)کارانابێت زیانی لەسوودی زیاترئەبێت...!!

جگە لەمانەش کۆمەڵگەی ئێمە زۆرپێویستی بەپسپۆریەکانی ترهەیە،ئێمە بەکۆمەڵی قەیرانی ئابووری وسیاسی وکۆمەلایەتی ومێژوویی وجوگرافی و... هتدە وە دەناڵێنین،سەرەڕای ئەوەش ئەگەرکەسێ عاشق وخولیای پیشەکەی خۆی نەبێت هەرگیز داهێنانی نابێت هەموونەمانە لەلایەك،لەلایەکی تریشەوە ئێمەنابێت ئاوا ژیان بچوك بکەینەوەو کورتی بکەینەوە لەیەك بوارو بابەتدا..!!

بەهۆی ئەم جۆرە بیرکردنەوەشە کە رۆژانە لەسەرجەم وڵاتانداو بەتایبەت لەووڵات وهەرێمی خۆماندا دەیان کارەساتی جەرگبڕ ڕوودەدات!!

قوتابیەك هەموو ژیانی خۆی یەکلادەکاتەوە بۆگەیشتن بەکۆلێژێك یاخود بەکیژێك یان بەپێچەوانەوە کیژێك بۆکوڕێك، هەربابەت ولایەنێکی تر، کاتێ پێی نەگەیشت چی ڕوودەدات

ڕاستەوخۆ پەنا دەباتە بەرخۆکوژی وخۆسوتاندن و تێکچونی باری دەروونی ودەیان گرفتی تر کارەساتەکە لێرەدایە ئینجا دەیان پرسی ترسەرهەڵدەدات بۆچی ئەوگەنجەخۆی کوشت؟! ئەمە چۆن ڕوویدا؟ چۆن ئەم کیژە توانی خۆی بسوتینێ؟!

ئاخر مرۆڤ بەوهەمووگەورەیی و ژیرییەی بەهیوای گەیشتنی ئامانج و پلەیەکی بەرزبێت چۆن دەبێ پەنابەرێتە بەرکارێکی ئاوا دڵتەزێن؟! هۆکاری ئەوکارەساتانە چیە؟!

بەڵێ خوێنەری بەڕێز بەبڕوای ئێمە هۆکاری ئەورووداوە جەرگبڕانە تەنهابیرتەسکی تاکەکان وناهۆشیاریانە، کاتێ تاکێ هەمووژیان ورێزو هیواکانی خۆی لەیەکشتدا چڕدەکاتەوە یەك ئامانجی هەبێ وکاتێ پێی نەگەیشت ئیتر ژیان بۆئەو هیچ مانای نامێنێ. چونکە ئەوخۆی لەوشتەدا بینیوەتەوە، ئەمە خۆی لەبنچینەدا لەخۆ نامۆبونێکی ڕەهایە، لەبەرئەوە ئەوتاکە بەهای خۆی ونکردووە کە مرۆڤە و زۆر گەورەترە لەوەی تەنها نازناوی دکتۆری یان ئەندازیاری یان هەرشتێکی تری لێ بنرێ!!

سەرەڕای نامۆبوون، لەرووی دەروونیەوە ئەوتاکەی پەنادەباتە بەرکاولکاری وخۆکوژی و خۆسوتاندن، ئەمە جۆرێکە لەتۆڵەکردنەوە، بەخەیاڵی خۆی میکانیزمێکە بۆ خۆڕزگارکردن، چونکە ئەوتاکە دووجۆر هەستی بۆدروست ئەبێت لەلایەك سەرزەنشتی خۆی دەکات و لەلایەکی تریشەوە وادەزانێ کۆمەڵگە زوڵمی لێکردووەو هەست بەشەرمەزاری دەکات!!

بەڵام ئەوە ئەوپەڕی بێ ئاگایی ونزمی هۆشیاری تاکە دەربارەی ئامانجەکانی!!!

بەداخەوە زۆرن ئەوتاکانەی بەوشێوە بیردەکەنەوە، کە تەنها یەك ئامانج دیاری دەکەن وپێی ناگەن، تووشی تێکچوونی باری دەروونی دەبن هەندێ جاردەبن بە یەکێ لەگاڵتەجاڕیەکانی سەرشەقام لەجیاتی ئەوەی بەهانایانەوە بچین گاڵتەیان پێدەکەین!!

برادەرێکم بۆی گێڕامەوە کە یەکێك لەقوتابیانی قۆناغی شەشەمی ئامادەیی لەیەکێك لەشارەکانی کوردستانی خۆمان، بەنیازی کۆلێژی پزیشکی بووە،بەڵام کاتێ نمرەکانی گەڕاونەتەوە نمرەی بەرزی هێناوە لەسەرووی نەوەدەوەبووە بەڵام کاتێ ناوی بۆکۆلێژی پزیشکی دەرنەچووە ڕاستەوخۆباری دەروونی تێکچووە زۆربەداخەوەدەڵێین: ئێستا یەکێکە لەوکەسانەی کەلەسەرشەقامەکان دەسورێتەوە؟!!!

بەڵێ خوێنەری بەڕێز :-

ئەگەر ئەوتاکە لای خۆی چەند کۆلێژێکی تریشی قبوڵ بکردبایەو بەگۆڕینی ئامانجەکەی ڕازی بوایە بەڕای تۆئێستا یەکێك نەدەبوولە ئەندازیارو وفیزیازانێك یان گەردوون ناسێك و زمان ناس..لەبەرئەوە ئێمە هۆشداری دەدەین کەئامانج بچێنە لەمێشکتدا تکایە بەڵام ئاگاداربە ژیان زۆرفراوانە تەنها بچووکی نەکەینەوە لەیەك بواروولایەن و ئامانجێکدا!!

بەڕای ئێمە نەبوونی هۆشیاری وبیرتەسکی وکورتبینی وحساب نەکردن بۆئامانج ولایەنەکانی تری ژیان لەگرنگترین هۆکارەکانی ئەو ڕووداوگرفتانەیە!!

بۆ ئەوەی ببینە کەسێکی کاراو هۆشیارو کەسێکی داهێنەرو بەرهەمدار، بۆئەوەی خۆمان ڕزگاربکەین لەکورتبینی وبیرتەسکی وببینە کەسێکی جیهانبین، بۆئەوەی (دەق)خو نەگرین تەنها بەکارو وپیشەیەکەوەو تەنها یەك ڕەنگمان خۆشنەوێت بەڵکو هەموو ڕەنگەکانمان خۆشبوێت وکاری جۆراوجۆر بکەین، بۆئەوەی جیهان بەوفراوانیەی کە هەیەو بەوجیاوازیەی کەهەیەتی قبوڵمان بێت وشارەزابین تیایدا، بۆئەوەی بەختەوەری هەردوو دوونیابین ئەوا پێویستە ئامانج بچێنین لەمێشکماندا، بەڵام دەبێت ئەو ڕاستییە بزانین ئامانجەکان بە ئەندازەی بوونی جیهان فراوانن..

دوای سەرکەوتن... وریابە!

ئا: هیوا بلباس

زانایانی بواری کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی دوپاتی ئەوە دەکەنەوە کەوا پێویستە هەریەکێك لە ئێمە چەندین ئامانجی درێژخایەنی هەبێت و بەسەر چەند قۆناغێکدا دابەشیان بکات و واباشترە سەرتاپای بوارەکانی ژیان بگرێتەوە، واتە پلانی ئاوا بۆخۆت دابڕێژیت وەکو ئەوەی کە سەد ساڵی تر بژیت، ئەنجا لەهەر قۆناغێکدا ئەو بەشە جێبەجێ بکرێت بەجۆرێك هەر کە بەشێکت تەواو کرد قۆناغی دوای ئەو دەست پێبکەیت و بەم شێوەیە تادوایی.

ئەمەش لەبەر ئەوەیە چونکە لەڕاستیدا ئێمە هەرکاتێك سەرکەوتنێك بەدەست دەهێنین وئامانجێکمان دێنینەدی هەست بە خۆشی و شادی دەکەین و حەز دەکەین پشوویەك بدەین و ماوەیەك بحەسێینەوە، بەڵام پێویستە وریابین و نەکەوینە نێو تەڵەی لەخۆڕازیبوون و دڵنیابوونی لە ڕادەبەدەر بەشێوەیەك بەرەو تەمبەڵی و خاوی بڕۆین و واز لە کردو کۆشش بێنین، ڕاستە کە گەیشتن بە ئامانج تاموچێژی خۆی هەیەو بەخششێکی گەورەیە و شایانی ئەوەیە کە ئاهەنگی بۆ بگێڕدرێت بەڵام ئەگەر نەبێتە پاڵنەر بۆ هەنگاونان بەرەو سەرکەوتنی زیاتر لەوانەیە ببێتە مایەی مەینەتی و پاشەکشێ کردن. بەڵکو سەرکەوتنی راستەقینە ئەوەیە کە هاندەر بێت بۆ بەرزبوونەوە بەسەر پلیکانەکانی سەرکەوتن و بڕینی یەك لەدوای یەکی قۆناغەکان تا کۆتایی.

جا سروشتی زۆربەی مرۆڤەکان هەروایە کاتێك هەست بە کامەرانی و خۆشحاڵی دەکەن لە هەوڵدان و کارکردن دەوەستن و واز لە بەخشین و تێکۆشان دەهێنن، وەکو ئەوەی کە تەنیا مەترسی نائارامی و نەداری و دڵەڕاوکێ و ئاڵۆزی بیانجولێنێت و پاڵیان بنێت بەرەو کارکردن و ئەنجامدانی چالاکی. دەگێڕنەوە کە نووسەری ڕوسی (دیستۆیفیسکی) هەر کاتێك چیرۆکێکی سەرکەوتووی دەنووسی و لەنێوەندی خوێنەراندا برەوی دەبوو، ئەویش گیرفانی گەرم دەبوو و بەوهۆیەوەش ماوەیەك لە نووسین و داهێنان دەکەوت تا داهاتەکەی کۆتایی دەهات، ئەنجا دووبارە بەهۆی پاڵنەری نەداری گوڕوتینی دەهاتەوەبەر و شاکارێکی تری



دەنەخشاند! جا وای لێهات بێزارو وەڕس بوو لەو حاڵەتەی خۆی کە هەرجارەی دەستکەوتێکی دەبوو هەستی بە دڵنیایی دەکرد ئیتر توانای داهێنانی نەدەما! بۆیە بیری لە ڕێگەچارەیەك دەکردەوە بۆ دەربازبوون لەم گرفتەو لەلای خۆی گەیشت بەم چارەسەرە کە هەرجارێك داهاتێکی لەکارەکانی دەستکەوت بەردەوام بڕوات بۆ گازینۆو یانەکانی شەوانە تا ئەو پارەیەی دەستی کەوتووە بەکۆتایی بێنێت و هەرچی زووترە توانای نووسین و داهێنانی بۆ بگەڕێتەوە !! بێگومان ئەمە فێڵێکی دۆڕاوەو کارێکی نادروستە کە ئەم نووسەرە گەورە پێی هەڵساوە بەڵام مەبەستی ئێمە ئەوەیە کە ئەو بە تێگەیشتنی خۆی هەموو هەوڵ و توانای خستەگەڕو هەموو ڕێگایەکی گرتەبەر بۆ ئەوەی لە داهێنان بەردەوام بێت.

بەڵام چارە ئەوەیە کە ئێمە خۆمان وارابێنین هەر کە هەستمان کرد لە هەوڵدان و کارکردن وەستاوین و ناتوانین سوودێك بەخۆمان و دەوروبەرمان بگەیەنین ئەوکاتە دڵەڕاوکێ و نائارامی دامانگرێت تا دووبارە و بەبەردەوامی ووزە بکەینەوە بەرخۆمان و چالاکی سوودبەخش بنوێنین و سەرکەوتنی تر تۆمار بکەین.

جا ئێستا بۆ زیاتر ڕوونکردنەوەی مەبەستەکە دەمەوێ چەند نموونەیەك بهێنمەوە کە بەردەوام لە دەوروبەرمان ڕوودەدەن و دووبارە دەبنەوە بۆئەوەی زیاتر لە بابەتەکە حاڵی بین.

زۆرێك لەو کەسانەی بەهۆی زیادی کێشی لەشیان هەڵدەستن بە پیادەکردنی بەرنامەیەکی ڕێجیم بەمەبەستی دابەزاندنی چەند کیلۆیەك لە لەشیان بەتەواوی پابەند دەبن بەڕێوشوێنەکان و زۆر عەوداڵن بۆ بەدەستهێنانی ئەم ئامانجە، جا کاتێك هەست دەکەن سەرکەوتوو بوون و گەیشتوون بە خەونەکەیان و کێشیان دابەزیوە ئیتر بێخەم لێی دەخەون و گوێ بەهیچ بەرنامەیەکی خۆراك نادەن لەئەنجامی ئەمەش دوای ماوەیەك دەبینن دووبارە کێشیان بەرز بووەتەوەو بەڵکو زیاتر لەوەی کە لە پێشوودا بوویانە! هەروەها لە یاری تۆپی پێ بینیومانە ئەو تیپانەی کە لە یاریە هەستیارو چارەنووسیەکان سەردەکەون بەهۆی هەوڵدانی زۆر و بەئامانجگرتنی ئەم سەرکەوتنە، بەڵام بەهۆی ئەوەی کە دواتر وا هەست دەکەن کە ئامانجەکەیان هاتۆتەدی و هیچ ئەرکێکیان نەماوە، پشتی لێ دەکەنەوەو کارەکانیان فەرامۆش دەکەن، بەوهۆیەوەش ڕاستەوخۆ لە یاری دوای پێشبڕکێکان توشی شکست و دۆڕان دەبنەوە ئەگەرچی تیپی بەرامبەر لاواز و ئاست نزمیش بێت! بەهەمان شێوە هەندێك لەو ئافرەتانەی کە زۆر گرنگی بەخۆیان دەدەن و ئارایشتی ڕوخسارو جلوبەرگیان دەکەن و لەش ولاریان بە هاوسەنگی دەپارێزن، بەڵام دوای هاوسەرگیری کردن بەپێچەوانەوە هیچ حیسابێك بۆ جوانی و ڕازاندنەوەی خۆیان ناکەن ولەو بوارە بەتەواوی خۆیان فەرامۆش دەکەن گوایە ئیتر شویان کردووەو کێشەیەکیان نەماوە (لەگەڵ ئەوەش لەوانەیە لە ئەنجامی ئەوجۆرە بیرکردنەوەو هەڵسوکەوتەیان دووچاری گرفتی هاوسەریی زۆر ببنەوە)!

کەواتە ئەو نموونانەی سەرەوەو نموونەی تریش زۆر هەن ئەوە دووپات دەکەنەوە کە ئەگەر مرۆڤ تەنیا یەك ئامانجی نزیك مەودای هەبێت لەژیانداو بەس بۆ ئەوە تێبکۆشێت ئەوا دوای بەدیهاتنی و گەیشتن بە ئامانجەکەی ئیتر شتێك نامێنێت کە لەپێناویدا کردوکۆش بکات و پلانی بۆ دابنێت و خەون وخولیاکانی پێیەوە ببەستێتەوە. بۆیە پێویستە بۆ هەموو قۆناغەکانی ژیان ئامانجمان هەبێت و هیچ کاتێك ئۆقرە نەگرین لە کارو چالاکی وخزمەت گەیاندن بەخۆمان و دەوروبەرو

> **سروشتی زۆربەی مرۆڤەکان هەروایە کاتێك هەست بە کامەرانی و خۆشحاڵی دەکەن لە هەوڵدان و کارکردن دەوەستن و واز لە بەخشین و تێکۆشان دەهێنن، وەکو ئەوەی کە تەنیا مەترسی نائارامی و نەداری و دڵەڕاوکێ و ئاڵۆزی بیانجوڵێنێت و پاڵیان بنێت بەرەو کارکردن و ئەنجامدانی چالاکی**



یاسا ئاڵتونیەکانی نەهێشتنی شەرمنیت!

وەرگێڕانی لەفەرەنسیەوە: زانا ناصح

بەشی یەکەم

ئەم بابەتەی کەلەبەردەستاندایە هەوڵێکی بچوکە بۆ ئەوانەی کە بە دەست شەرم و ترسی ئەرێنی یەوە دەناڵێنن و ناتوانن ژیانی خۆیان جوان بکەن و بڕازێننەوە بە ئەنجامدانی گفتوگۆی بەسود و بەشداریکردن لە کۆڕو کۆبونەوەو پێشکەشکردنی وتە لە کۆنفرانس و شوێنە تایبەتی و گشتیەکاندا، لەبەر زۆری بابەتەکە بە چەند بەشێك لەم گۆڤارە بە پێزەدا دادەبەزێنرێت.

پێت شتێکی گرانە ئەگەر ملی ڕێگایەك بگریت و بە هەنگاوێك دەست پێبکەیت؟ زمانت تێکەڵ دەبێت و ناتوانیت بەشێوەیەکی جوان گفتوگۆ بکەیت؟ تۆ توانای ئەوەت نییە کە تەنانەت تەنها وشەیەکیش بڵێیت لەبەرامبەر کۆمەڵە کەسانێکی نەناسراو یان گەورە و بەشکۆ ؟یان وا هەست دەکەیت کە هەر لەخۆوە گوێیەکانت سور هەڵدەگەڕێت کاتێك هەڵتدەستێنن بۆ پێشکەشکردنی وتەیەك؟ ئایا سەد لە سەد دەتوانیت قسە بۆ کۆمەڵە خەڵکێك بکەیت تەنانەت ئەگەر زۆر کەمیش بن بەدەر لەو کەسانەی کە بۆماوەیەکی زۆرە و باش دەیانناسیت؟

بەڵێ ئەوانە چەند نیشانەیەکن ئاماژە بەوە دەدەن کە ٤٠-٦٠٪ خەڵکی ئازار دەچەژن بەدەست شەرمکردنەوە بە ڕێژەی دیاریکراو.

زۆر زۆر کەمن ئەوانەی کە هەرگیز توشی شەرم نەبوون تەنها ٥-٧٪ ی ئەمەریکیەکان پێیان وایە ئەم توانایەیان هەیە و هەرگیز هەستیان بە شەرم نەکردووە ئەڵبەتە ئەمە مانای ئەوە نییە کە تۆ دەبێت بۆ هەتا هەتایە تەحەمولی ئەم (نەقصە) واقیعیە کۆمەڵایەتیە بکەیت کە بریتی یە لە شەرمێکی بەردەوام. فیلیپ گ زیمباردۆ کە مامۆستای زانکۆی ستانفۆردە لە لێکۆڵینەوەیەکیدا دەڵێت: شەرمنەکان مەیل و حەزی ئەوەیان هەیە کە بەئاگاو چاودێری خۆیان بن نەوەکو ئامادەیی تەواویان نەبێت کاتێك کە بەکەسانێکی تر دەگەن، هەروەها هۆش و بیریان بەردەوام لەسەر ئەوەیە کە چۆن بتوانن قسە بکەن، ئەمانە دڵەخورپە و شێواویەکی زۆر سەرتاپایانی داگیر کردوە .بە پێی قسەی ئەم توێژەرە ئەمەریکیە وایان لێدەکات توشی فشاری خوێنی شادەمارەکانیش ببن.

لەبەر ئەم هۆکارەو هی تریش، هەموو توانایەکت لەبەردەستدایە بۆ گۆڕینی بارودۆخەکە هەروەکو ئەوەی شتێکی زۆر دوور بێت لێتەوە کە ئەمەش زۆرباشترە لەوەی کە هەر نەتبێت. د.لیلۆرد دەروونناسی فەڕەنسی شەرمکردن دەکات بە (٣) جۆرەوە:

١- ترس و دڵەخورپەی سەرکەوتن

٢- ترس و دڵەخورپەی پەیوەندی بەستن کە پەیوەستە بە چاوپێکەوتن و بینینی کەسانی ترەوە.

٣- ترس و دڵەخورپەیەك کەلەناو ئەو بارودۆخانەدا لەدایك دەبێت کە پێویستە خۆتی تێدا پیشان بدەی.

بەپێی حاڵەتەکە دەکرێت ئەم (٣) جۆرەی شەرم لە یەك کاتتدا لە تۆدا هەبێت وە دەشکرێت تەنها دانەیکت تێدا بێت.

زانستی دەرونناسی زۆر بەجوانی سەرەتاکانی دروستبوونی شەرم دەخاتە ڕوو، تۆ دەتوانیت بەهۆی یەکێك لەم هۆکارانەی خوارەوە بوونی شەرم و ئازارەکانی خۆت بدۆزیتەوە:

* پەروەردەیەکی سەخت و سەقەت کە دەبێتە ڕێگر لەبەرامبەر حەز و ئارەزووەکانتدا.

* دایك و باوك یان خوشك و برای گاڵتەجار.

* چاو نەکرانەوەو نەگەڕان لە تەمەنی گەنجێتیدا.

* سەربەست نەبوون لە دەربڕینی توڕەیی یان خۆشحاڵی لە ژینگەی خێزاندا

* دایك و باوکی شەرمن و پارێزکار

* دایك و باوکانێك کە زۆر زۆر مەبەستیان خراپ بووە

*خرۆشان و گەورەکردنی کارێك بەبەردەوامی لە لایەن مامۆستا یان بەرپرسی کارەوە.

* تێکچونی دەرونی لە ئەنجامی تەجروبەیەکی خراپ یان ئەنجامدانی هەڵەیەکی بینراو جا (ڕاست بێت یان خەیاڵ).

هەموو ئەم هۆکارانە دەتوانن گرێیەکی دەرونی دروست بکەن کە تۆ بە ئاسانی نەتوانیت ئەم گرێ یە بکەیتەوە .بەهۆی پشکنینی وردی دەرونییەوە لە لایەن کەسی پسپۆڕەوە دەتوانیت بە بوونی هەموو ئەم هۆکارانەش بە ئاسانی تێیان پەڕێنیت.



د: هەڵگورد فتح الله احمد
دكتۆراه لە پزیشكی هەناوو دڵ

- ئێ ی چ هەیە وچ نیە؟
- هەواڵ چ هەیە؟
- بۆمبگێرەوە ئەمڕۆ چیت كرد؟
+ هیچ ....لێم گەڕێ ماندووم.

دیسان لەسەر نان خواردن:

- ئێ بۆم تەواوكە ئەمڕۆ چیت دی؟
+ لێم گەڕێ با نانەكەم بخۆم.
- وا زوو نووستی،دەی تا خەوت لێدەكەوێ بۆم بگێرەوە چیت دیت؟
+ لێمگەڕێ بابخەوم.
- ئێ خۆ واهەڵسایت لە خەو ئێستا بۆم تەواوكە چیتدیت؟
- چیە وابیرت بەقوڵداچووە؟ بیرلەچی دەكەیتەوە؟
+ لێم گەڕێ.......ئەوێ درەنگە جێنزام (موعد) هەیە ئەبێ بڕۆم.

...... زنگ .. تەق... تەق .....

شەویش هەمان سیناریۆ دووبارە دەبێتەوە ،لەگەڵیشی:

- ئێ دەوازبێنە سەیری تەلەفزیۆن مەكە، بۆم باسكە كێت دیت ئەمڕۆ؟لە بەیانیەوە لەدەرەوەیت.
+ لێم گەڕێ بزانم هەواڵ چیە.

ئەم گفتوگۆیە ڕۆژانە لەزۆربەی ماڵان دووبارە دەبێتەوە، ئافرەت لەماڵ ماوەتەوە قسەی زۆری پێیە ،چاوەڕێ قسەی زۆرە ببیستێت، كەچی پیاو لە دەرەوە، لە فەرمانگەو بازاڕ، لە بەیانیەوە، چەقەی دەمی دێت، ئەوەندەی قسەكردوە، توانایی وشەیەكیشی نەماوە.

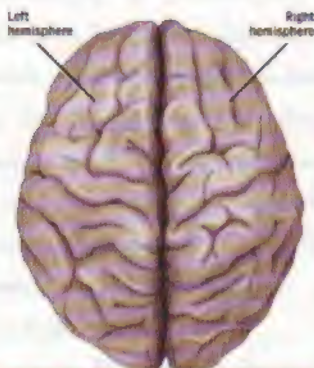
ئەمە بە بنەمایەكی زانستی لێكدەدرێتەوە، فیزیۆلۆژیای مرۆڤ ئاوا هەڵكەوتووە.

مێشكی مرۆڤ لە ناوەڕاستەكەی بەشێكی هەیە پێیدەڵێن Brocus ئەمە بەرپرسە لە دروستكردنی ووشەو قسە دەربڕین،تەنها لەیەك لای مێشك هەیە ئەوانەی دەست ڕاستانن، كەوتۆتە لای چەپەی مێشك. ئەو بەشە ڕۆژانە ٢٤ كاژمێر١٢٠٠٠ ووشە دروست دەكات.

لەم دووایانە بەهۆی پشكنینی PET كەفەرمانی بەشەكانی مێشك دەردەخات، بینیان ئافرەت جگە لە Brocus دووسەنتەری تری هەیە لەهەردوو بەشی لای پێشەوەی مێشكی نزیك سەنتەری بیركردنەوە ،ئەمانیش ووشە دروست دەكەن، واتا ئافرەت سێ سەنتەری دروستكردنی وشەی لە مێشك هەیە لەكاتێكدا پیاو تەنها یەكی هەیە، بەمەش ئافرەت ڕۆژانە ٢٤ كاتژمێر ٣٦٠٠٠ووشە دروستدەكات.

بۆیە هەردوولا دەبێ موراعاتی یەكتر بكەن، هەم پیاو هەوڵبدات هەندێ قسە بۆخێزانەكەی بهێڵێتەوە ،وە گوێشی لێبگرێت ،چونكە پێویستی پێیەتی ودەبێ زۆرتر قسەبكات .هەروەها ئافرەتیش، چاودێری ئەوە بكات كە پیاوەكەی زیاتر پێویستی بە بیركردنەوە هەیە، ناتوانێ ئەوەندەی ئەو قسەبكات، وە لە دەرەوەی ماڵیش زۆر ماندوو دەبێ و قسەدەكات.

لەبەر ئەوەشە پیاو لە ئافرەت باشترە بۆ ڕاگەیاندن.



مێشكی ئافرەت



Broca's Area

مێشكی پیاو



بەڕێوەبردنی خود

ناصح بەرزنجی

گۆڕینی خود، پێشبینی شتە خراپ و قبوڵکردنی خاڵە لاوازەکـان، پایە و بونیادی بەڕێوەبردنی خودە.

بۆ بەهێز کردنی ئەم بونیادە پێویستە لەم دە قۆناغە تێپەربین...

١- کۆنترۆڵکردنی وتەکانمان..

بەڕێوەبردنی ئـەو وشـانـەی کە لە دەمەوە دێتە دەر، ئەمە ڕاستیەکە کە گوێ گرتن لە قسەکردن سوودی زیاترە (ئێمە دوو گوێمان هەیە و یەك دەم) هەروەها بڕینی قسە لە کاتی قسەکردنی خەڵکی دیکە کارێکی نەگونجاوە، کەواتە پێویستە بڕیار بدەین چ کاتێك باشە کە بێ دەنگ بین و گوێ بگرین و چ کاتێك لە سەر بۆچوونەکانمان سوور بین.

یەکێك لە سیفات و تایبەتمەندی کەسانی سەرکەوتوو و نـاودار ئەوەیە کەوا دەر ئەکەوێت کە بیسەرێکی باشە، لە ڕاستیدا ئـەم کەسانە خولقینەری بەڕێوەبردنی خودن و هەڵدەستن بە هاوسەنگی نێوان بیستن و قسەکردن.

٢- کۆنترۆڵی خود لە دەست نەدەین...

لە دەسـتـدانـی کۆنترۆڵی خـود بە خێرایی هاوسەنگیەکە خراپ دەکات.

زۆرێك لە کەسەکان پێوەرێکی زۆر لە توانا و هێزی خۆیان لە تۆلە سەندنەوە و تورەیی و هەوڵدان بۆ سەپاندنی خود لە دەست ئەدەن.

دڵنیا بین کە ڕوخسارمان هەمیشە نـیـشـانـدەری پێکەنین یـان فیکرمان بێت، ئەگەر هیچ کات لە خود تورەیی و نارەحەتی لە خۆمان نیشان نەدەین هەموو کـات وەکو کەسایەتیەکی جێ متمانە ئەبین و پێگەکان لە کۆنترۆڵی خۆماندا دەبێت.

کاتێك کۆنترۆڵ لـە دەسـت بدەین هەموو شتێك لە دەست ئەدەین.

کەواتە لە مێشکی خۆمان سوودمەند بین و ئەوەمان لە یاد نەچێت کە ئەوەی کەسانی دیکە ئەیڵێن و بیری لێ ئەکەنەوە و بە ئەنجامی ئەگەینن گرنگی نیە تەنها ئەوەی ئێمە ئەنجامی ئەدەین گرنگە.

٣- کاری سەخت لە سەرەتاوە ئەنجام بدەین...

هـەمـیـشـە کـاری سـەخـت بکەینە پێشینە ئەویش بە ڕێکخستنی خود کە زۆر ئاسانە.

کەسی شکست ئەڵێت : ئـەوە دواتر ئەنجام بدە، سەرگەرمی کارێك بە کە سەرنجراکێش و خۆشترە، بەلام کەسی سەرکەوتوو ئەڵێت: ئێستا کارەکەت بکە و کاتێك تـەواوت کرد هەست بە رازی بوون ئەکەی، هەرچەندە کاتی ئەوێت بـەلام دواتـر بـە شـێـوەی ئوتوماتیك ئەکەوێتە کار.

ئـەمـە یەکێکە لـە تایبەتمەندی کەسانی سەرکەوتوو کە سەرەتا کاری سەخت ئەنجام ئـەدەن، ئـەگـەر تەنها یەك خاڵ و پەند وەربگرن ئەوەیە کە ئەم کارە پاداشتی زۆرە و ئەبێتە هۆی کەمبوونەوەی دڵەراوکێ و زۆربوونی ڕێز و سەرکەوتنی مـرۆڤ و بەڕێوەبردنی خود و کۆنترۆڵی خود و ئاکامەکەشی

خۆشبەختی دەبێت.

٤- وەرگرتنی پاداشت لە لایەن خۆمانەوە...

دوای ئەوەی کاری سەختمان تەواو بوو کاتی وەرگرتنی پاداشتە لە لایەن خۆمانەوە کە پێشتر چاوەڕێی بووین، زوربەمان لە منداڵیدا و بۆ خواردنی دەرمانی تاڵ بەڵێنی شیرینمان لە دایك و باوکمانەوە پێدراوە، هەر ئەم کارە بۆ خۆمان ئەنجام بدەین، ئەم کارە جوڵێنەرێکە بۆ بە کۆتا گەیاندنی ئەو کارە سەختە و بەردەوام بوون لە سەری (ئەڵبەتە پاش وەرگرتنی پاداشت)..

بۆ نموونە با پاداشتی خۆمان بە پشویەك یان ڕاهێنانێکی وەرزشی یان چوون بۆ مەلەکردن وەربگرین.

٥- سوود وەرگرتن لە کات...

کات بە نرخترین سەرچاوەی ئێمەیە، کەسی شکست خواردوو هانمان ئەدات: کە کات پشتگوێ بخەین، هەر ئێستا بە ڕاستگۆیی لە خۆمان بپرسین: ئایا لە کاتی خۆمان بە کارایی سوودمەندین ؟ ئەگەر وەڵامەکەمان نەخێرە کەواتە کەسی شکست هەمان بەڕێوەبەری خودە... نەك کەسی سەرکەوتوو.

٦- هاوسەنگی ئەندامانی خۆمان بپارێزین ...

پشکنینی تەواو کارێکی ژیرانەیە بەڵام لە گەڵ ئەمەشدا پێویستە لاشەی خۆمان لە باشترین حاڵەتدا دابنێین، وەك هەموو جار وتراوە :مێشکی تەندروست لە لاشەی تەندروستدا باشتر کار ئەکات.

٧- زیادڕۆیی نەکەین...

زیادڕۆیی لە هەر شێوەیەکدا بێت تایبەتە بە پەیامەکانی کەسی شکست ،واتە تەمەڵی و بێتاقەتی و نەخۆشی، با دڵنیای هاوسەنگی بین لە هەموو کاروبارێکدا.

٨- لەگەڵ وەسوەسە و وەستان ڕووبەڕوو بینەوە...

وەستان یان دواخستنی کارێك کە پێویستە ئەنجامی بدەین ،هیچ کەسێك سەرکەوتوو نەبووە کە لە کارەکەی وەستان و تەمەڵی پیشان بدات ،تەمەڵی و سەرکەوتن مەحاڵە پێکەوە بن.

ئەم پەندەمان بیر نەچێت: کاری ئەمڕۆ مەخەرە بەیانی..

٩- بوونی ئیرادەیەکی بەهێز...

هەرگیز نەڵێین ئیرادەمان نیە یان ئیرادەمان لاوازە ،بەڵکو بڵێین من ئیرادەیەکی بەهێزم هەیە، جەختکردنەوە لە شتەکان و دڵنیایی و ئیجابی بوون ئەگۆڕێت بۆ وێنایەکی جوان لای هەموان و لە کۆتاییدا ئەنجامی باش ئەخولقێنێت.

بە هاوسەر و منداڵانی خۆمان بڵێین: تۆ ئیرادەیەکی بەهێزت هەیە، ئەمە ئەبێتە هۆی ئەوەی ئەوان لە بەرامبەر وەسوەسە بەرگری بکەن و بەهێز بن.

ئەو ئیرادەیەی کە هەموان ئاواتی بۆ ئەخوازین لە ڕێگەی بەڕێوەبردنی خود پێی دەگەین.

تەنها بۆ ماوەی (٣٠) ڕۆژ لە سەر ئەم ڕاهێنانە بەردەوام بین و هەر کات کەسی شکست دەستی بە وەسوەسە کرد بڵێین: (من ئیرادەیەکی بەهێزم هەیە).

١٠- باوەڕ بەخۆ بوون...

فیکر، هەست، خۆشی، توڕەیی، هەڵچوون، ناخی خۆمان بەڕێوەبەرین، چونکە هەموو توانای کۆنترۆڵی خۆمان هەیە...

وێنای ئەم سیناریۆ بچووکە بکەن...

ژن و مێردێك لە کاتی شەڕە قسە و وتوێژێکی توندان، دووان لە هاوڕێکانیان لە پشتی دەرگاوە چاوەڕێی کردنەوەی دەرگان، لە ئێستادا ئەم دوو کەسە پێگەکەیان چۆن بەڕێوە ئەبەن؟ کەسێك لەمان کە دەرگاکە ئەکاتەوە بە خێرایی فیکر و ڕەفتار و ناخ و شێوەی ڕوخساری خۆی کۆنترۆڵ ئەکات، کاتێك میوانەکان دێنە ژوورەوە، کەسی دووەمیش بە دڵنیایی هەمان گۆڕانکاری ئەکات، هەرچەندە دۆخەکە کەمێك گۆڕاوە بەڵام تورەیی ڕاستی بە ناچاری کۆنترۆڵ کراوە، هەروەك ئەبینین ئێمە ئەتوانین خۆمان کۆنترۆڵ بکەین بەڵام بەستراوە بەوەی کە چەند پێویستمان بەم کۆنترۆڵ کردنە هەیە...

پشکنینی تەواو کارێکی ژیرانەیە بەڵام لە گەڵ ئەمەشدا پێویستە لاشەی خۆمان لە باشترین حاڵەتدا دابنێین، وەك هەموو جار وتراوە: مێشکی تەندروست لە لاشەی تەندروستدا باشتر کار ئەکات.

هەرگیز نەڵێین ئیرادەمان نیە یان ئیرادەمان لاوازە ،بەڵکو بڵێین من ئیرادەیەکی بەهێزم هەیە، جەختکردنەوە لە شتەکان و دڵنیایی و ئیجابی بوون ئەگۆڕێت بۆ وێنایەکی جوان لای هەموان و لە کۆتاییدا ئەنجامی باش ئەخولقێنێت.

چۆن ژیان دەگۆڕێت؟!

عبدالقادر حسین

من بیرم دەکردەوە، بەڵام بەهەڵە، هەنگاوم دەنا، بەڵام ناڕاستەکەی نادیارو خراپ، بڕیارەکانی بەرەو پێش چوونی ژیانم، کەوتبووە دەست هەست و سۆزم، گرینگیم بەبیرکردنەوە دروستەکانی ئاوەزم نەدەدا، کاتێك هزرو بیرکردنەوەمان ببێتە ژێر دەستەو کۆیلەی هەست و سۆز دەبێ چ چاوەڕوانیەکی باش لە بەڕێوەبەرایەتی ئاوەزمان ببینین! کۆمەڵێك زانیاری کە ڕووکارێکی نامۆو ناتەواویان هەبوو، چوار دەوری هزرو بیرکردنەوەیان دابووم، بە هۆیانەوە ڕۆژگارێك بە سەر ژیانم تێپەڕی، نەمنیان بەرەو پێش برد، نەڕێگەیاندا ئاوەزم دروست بیربکاتەوە، من هەستم دەکرد بەهێزم، خاوەن توانام، خاوەن بیرۆکەی جوان، بەڵام نەمدەزانی چۆن لە ڕاستەقینەی ژیانم بەرجەستەیان بکەم، وە نەمدەزانی کەی ئەو کاتە دێ کە بتوانم توانا‌کانم، بیرۆکە جوان و کەم وێنەکانم بخەمە گەڕ وەك کارگەیەك، تاوەکو کۆمەڵگا سوود لە بەرهەمە ناوازەکانم ببینێت، منیش دڵسۆزبم وەك هاوڕێ دڵسۆزەکانم، چونکە ئەوان فێریانکردم گورج و گۆڵبم، کاربکەم، گرینگی بەکات بدەم، بە هیواوە بڕوانمە داهاتووم، ئەوان فێریان کردم چۆن تواناکانم بخەمە گەڕ، ئەوان هێزێك بوون، بیرۆکە جوان و بێنازەکانی منیان بە ئێوە ئاشناکرد، ئێستا بەهۆی دەستخستنی کۆمەڵێك زانیاری بە سوود، کە هێزی هەڵسانەوەی تواناکانی منیان هەبوو، ئەم کۆمەڵە زانیارییە لە ناو هزرو بیرکردنەوەم، وەکو گەڵاو گوڵی بەهار لە قەدە بەهێزەکانی خانەکانی ئاوەزم جێگیر بوون، وە کاتێك دەستکەوتی تر لە زانیاری کۆدەکەمەوە، وەکو نەسیمی بای ئەم بەهارە، وەك تیشکی ڕۆژی سپێدە، گوزەردەکەن بەناو هزرم، وەك لاوێکی قەشەنگ و جوانی ئەم بەهارە، لەئاوەزم جێگیردەبن، کەیف و سەفا دەکەن، لەو کاتەدا ڕۆحم ئاسودە دەبێت، ئیتر بیرکردنەوە لە گەیشتن بە هەر دەستکەوتێك مەحاڵ دەشکێنێت، بوونی نامێنێت، ئەم جۆرە



خۆشییە کە دڵ هەستی پێدەکات، جەوهەری خۆشییەکانە، ئەم جۆرە خۆشییە، بە پارەو جەمکردنی سەفتە دۆلار دەست ناکەوێت! ئەم دڵخۆشی و دەستکەوتانە، زۆری بەرهەمی هاوڕێ دڵسۆزەکانمانە، مەگەر دەکرێ بڵێین هاوڕێ بەوەفاکانمان، ناتوانن ببنە پاڵپشت و هاودەمی خەمەکانمان بن؟!، دەبێ دەرك بەوە بکەین کە کەسانێك هەن تەواو دڵسۆزن بۆمان، بۆیە نابێت کارێك بکەین کە هەست بە دڵسۆزی ئەوان نەکەین، چونکە ئەو کارە خیانەت کردنە لە هاوڕێکانمان، کەواتە ئێمە با دەست هەڵگرین لەو خوڕەوشتانەی کە تەنانەت خۆشمان پێیان ڕازی نین، هەر ئەم ئاکارو گوفتارانەیە، کە بۆتە ڕێگرێك و لە بەردەم بەرەو پێشچوونی ژیانمان وەستاوە، وەستان و لابردنی ئەم بەربەستە بەدەستی خۆمانە، کەواتە دەتوانین لایان بەرین، بەڵام ڕەنگە ئێمە تواناکانمان، وە بیرۆکە قەشەنگ و جوانەکانمان خۆشنەوێت، وە پێمان وایە هیچ کەسێك ڕاو بۆچوونی ئێمە وەرناگرێت، وە ئامادە نییە هاودەم بێت لە چارەسەری کێشەکانمان، ئەمە بیرکردنەوەیەکی هەڵەیە، چونکە تواناکانمان و دڵسۆزی هاوڕێکانمان، هێزی چاککردنی خوڕەوشتی ئێمەیان هەیە، تەنها لە سەر ئێمە پێویستە بیربکەینەوە، کە چۆن بەرەو داهاتوویەکی باش هەنگاو بنێین، هەوڵبدەین هیواو متمانەمان بە تواناکانی خۆمان بەهێز بێت، خودای میهرەبان و کار بەجێ پێمان دەڵێت (بۆ سەرنجی نێو ناخی خۆتان نادەن) کەواتە با ئەم کارە ببێتە یەکێك لە پیشەکانمان، ئێمە بە هێزین بۆیە دەتوانین ئەو کارە بکەین، بەهێزی تواناکانمان، وەك ئازایەتی و چاو نەترسی شێر کەبۆ بەرامبەر دەردەکەوێت، ئەگەر ویستی گۆڕان لە خودی خۆمان پەروەردە بکەین، کەواتە دەسەڵاتمان بەسەر گۆڕینی باری ژیانماندا هەیە، ئەگەر میهرەبانی خودا ڕێگەمان پێبدات، بۆیە ئێمە بەهێزین، بەهێزیمان تواناکانمان بە ئاگادێنێت، تواناکانمان توانای گۆڕینی ژیانی ئێمەیان بۆ لوتکەی سەرکەوتنەکان هەیە، مەگەر ئێمە نامانەوێت گەورە ببینرێین،نامانەوێت لەلای خۆشەویستان، خۆشەویست دەربکەوین، لەلای ئەندامانی خێزانەکەمان، لەلای هاورێکانمان، مامۆستاکانمان، نامانەوێت بزانین کێ دڵسۆزمانە؟، کێ خەمخۆری ڕێگای تەنگانەمانە؟، کەواتە هەر لە ئێستاوە هەوڵدەدەین گورج و گۆڵبین، بە هێزبین، دەم بەخەندە و بەخۆشەویستییەوە بژین، وە گوێ بەو قسانە نادەین کە پێمان دەڵێن ئای ئەوە چییە؟ ئێوە گۆڕاون، دەڵێی دەتانەوێت کاروانی چاکان بگرن، خۆ ئێوە تا دوێنێ تەمەڵ بوون، ئەمانەو چەندین قسەی تر ڕووبەڕوماندەبنەوە،بەڵام ئێستا ئێمە بە هێزین، بڕیاری گوڕانمان داوە، بۆیە نابێت ئەم جۆرە قسانە کاریگەری لە سەرمان بمێنێت، ڕوگرژ نابین بەرامبەر ئەو کەسانەی کە ئەم جۆرە قسانەمان پێدەڵێن، ئێمەش زەردەخەنە دەکەین، وەکو ئەوان پێدەکەنین، هەوڵدەدەین بە یارمەتیەکانمان بۆیان، قەرەبووی گاڵتە پێکردنەکانیان بکەینەوە، تاوەکو هەست بە شەرمەزاری بکەن بەرامبەرمان، دەبێ بەر لە هەموو شتێك داواکاریەکانی دایك و باوکمان جێبەجێ بکەین، ئێمەش کارە جوانەکان دووبارە بکەینەوە، دەبێ هەوڵدەین کەسە دڵسۆزەکان هاوڕێمان بن، با کەمێك لە هاورێکانمان پەرتووك بن، ئەمانە دڵسۆزدەبن بۆمان، هەمیشە ڕێگامان بۆ ڕۆشن دەکەنەوە، پێمان دەڵێن سەیرکەن ئەمەیە ڕێگە ڕاستەکە، دەی بڕۆ، هاوڕێ دڵسۆزەکان، هەرگیز بە بیریان دانایەت کە خیانەتمان لێبکەن، مەگەر دەکرێ لەمان دڵسۆزتر خوڕەوشتەکانی ڕابردوومان بێت، کەواتە دەبێ بڕیاری خوێندنەوە بدەین، تاوەکو تێبگەین و پێبگەین، بۆیە ئێمەش چاوەڕوانی وتە جوانەکانی کەسانێکین تاوەکو بیان خوێنینەوە، ژیان ناگۆڕێت، مەگەر گۆڕانکاری لە خوڕەوشت و گوفتارماندا ڕوودات.

من هەستم دەکرد بەهێزم، خاوەن توانام، خاوەن بیرۆکەی جوان، بەڵام نەمدەزانی چۆن لە ڕاستەقینەی ژیانم بەرجەستەیان بکەم، وە نەمدەزانی کەی ئەو کاتە دێ کە بتوانم تواناکانم، بیرۆکە جوان و کەم وێنەکانم بخەمە گەڕ وەك کارگەیەك، تاوەکو کۆمەڵگا سوود لە بەرهەمە ئاوازەکانم ببینێت

گەوجاندنی ئەلیکترۆنی و کاریگەری لەسەر پەرەپێدان

عەلی ئیبراهیم حەسەن

کۆتایی سەدەی بیست و سەدەی بیست و یەك، تەکنەلۆجیا بەرەوپێشچونی زۆر خێراو سەرسوڕهێنەری بەخۆوە بینیوە، تەکنەلۆجیا ئامێری کۆمپیتەر و ئینتەرنێت و سەتەلایت و مۆبایلی داهێنا، تەکنەلۆجیا جیهانی پان و بەرینی کردە گوندێکی بچوك، بەڵام ئەوەی جێگەی داخە رۆژبەرۆژ چەندین دیاردەی مەترسیدار و ماڵ وێرانکەر لە پاشماوەی جیهانگیری و پەرەسەندنی تەکنەلۆجیا سەرهەڵدەدەن، پێویستە لایەنی حکومی و پەرلەمان و کۆمەڵگای مەدەنی هەوڵی بەردەوام بدەن لە پێناو هوشیاری هاوڵاتیان و پاراستنیان لەم مەترسیانە، کە بریتین لەم دیاردانەی خوارەوە:

١- گەوجاندنی ئەلیکترۆنی لە رێگای مۆبایلەوە:

بەداخەوە بەهۆی چاوپۆشی و نەبونی یاساو رێنمایی تۆکمە بۆ کۆمپانیاکانی مۆبایل بە چەندەها شێواز پارەی هاوڵاتیان دەدزرێت، و هیچ چاودێریەکی وا لەسەر ئەم کۆمپانیانەو چۆنیەتی کارکردنیان نیە!؟

بۆ نمونە لە رێگەی یانسیب و ناردنی نامەی چەواشەکاری بۆ بەشداربوان بە شێوازی زۆر فێڵاوی کە گوایە فلان ئۆتۆمبیلت بۆ دەرچوە پیرۆزە!؟

ئەم ژمارە (؟؟؟) بنێرە دواتر دەبینیت تەنها پارە دزینە لە هاوڵاتی و بەشداربوان و هیچی تر.

٢- گەوجاندنی ئەلیکترۆنی لە رێگەی تۆڕەکانی ئینتەرنێت:

بەهۆی کەمی شارەزایی زۆرێك لە بەشداربوانی ئینتەرنێت لە بواری هوشیاری یاسایی و بازرگانی ساڵانە بەهەزارەها ملیۆن دۆلار لە حسابی بانقی هاوڵاتیان دەدزرێت و پاسۆردەکانیان ئاشکرا دەکرێت و لەلایەن مافیای ئەلیکترۆنی حسابی بانقی چەندین دەوڵەمەند و خاوەن کار دەدزرێت، ئەمە بێجگە لە شێوازی تر کە لە فەیسبوك و تویتەر و تۆڕە کۆمەڵایەتیەکان بەناوی هاوکاری و پێداویستی ئەنجام دەدرێت.

ماوەیەك بەر لە ئێستا ئافرەتێکی کوردی رۆژهەڵاتی کە دانیشتوی کەنەدایە بەناوی رێخراوی خێرخوازی و ناردنی نەخۆش هەزارەها دۆلاری نەخۆش و هاوڵاتیانی شاری هەولێری دزی بەبێ ئەوەی هەست بە خۆیان بکەن!؟

بۆیە پێویستە هاوڵاتیان شارەزابن لە پێش هەر مامەڵەو گرێبەستێك راوێژ بە پارێزەر و کەسانی شارەزا بکەن، پێش ئەوەی ماڵ و سامانیان بدزرێت!؟

یاخود کۆمپانیایەك بەناوی ئەوەی ئەگەر چەند بەشداربوو بهێنی بڕی ئەو پارەی کە دەیدەی چەندین جار زیاد دەکات و دواتر دیاریەکیان لە دەرەوە بۆ دەهێنا گوایە بە بڕی چەند هەزار دۆلارە کەچی لە بازاڕی زێڕەنگەرەکان دەتفرۆشت نرخی سەد دۆلاری زیاتری نەدەکرد.

٣- گەوجاندن و فێل لە پێشانگای ئۆتۆمبیلەکان:

هەفتانە لە هەواڵەکان دەبیستین لە فلانە شار و فلانە پێشانگا بڕی هەزارەها دۆلاری هاوڵاتیان دزرا، لە رێگەی مامەڵەی کڕین و فرۆشتنی ئۆتۆمبێل، کەچی لایەنە پەیوەندیدارەکان هیچ جۆرە بەرنامەیەکیان لەبەردەست نیە بۆ رێگرتنی ئەم جۆرە فێڵ و گەوجاندنە!؟

٤- گەوجاندن و فێل لە کۆمپانیاکانی (عقارات) نیشتەجێبوون:

بەهۆی خراپی مامەڵەی حکومەت لەگەڵ زەوی لە هەرێمی کوردستان و زۆر خراپی یاسای وەبەرهێنان و نەبونی چاودێری بەردەوامی پەرلەمان و ئیفلیجی داواکاری گشتی لە بابەتە گرنگ و پڕ بایەخەکان، گەورەترین تالان و دزی لە بواری وەبەرهێنانی زەوی نیشتەجێبون لە هەرێمی کوردستان دروست بووە!؟

راسپاردەکانی سەرۆکی هەرێم تا رادەیەك توانی هەندێك بواری گەندەڵی کە لەنێویاندا لە بواری نیشتەجێبون و لەبن هێنانی زەوی دەستنیشان بکات کە زۆرێك لە پرۆژەکان وەستێنران، کەچی ئەم پرۆسەی چاکسازیەیی سەرۆکی هەرێم بە ئەنجامی دڵخۆشکەر نەگەیشت، چونکە نەبینرا ئەو دەستە شاراوانەی کە ملیۆنەها دۆلاریان لەم پرۆژانە بە بەرتیل و فێڵ و دزیکاری بردوە بدرێنە دادگا و مافی هاوڵاتیان و سامانی گشتیان لێوەربگیرێتەوە.

ئەوەتا بەرپرسێکی یەکێتی وەبەرهێنانی کوردستان (دەڵێت کە پرۆژە دراوەتە سەرمایەداری وەها کە ١٠٠ دۆلاری پێ نەبوە!؟)



نالەشکێنە ١

باخوداو ناخوداکان

تۆفیق کەریم

نیازم بوو بەراڤەکردنی دیوانی مەحوی، تینوێتی خۆم لە کانیاوی ئەدەب بشکێنم، وەلێ کە تەفرەنجەی یەکەم بەیتی دیوانەکەیم دا:

لەم بەحری فیتنە بەلگی نەجاتت بدا خودا
داوێنی باخودا بگرەو بەردە ناخودا

دەبینم هەڵشاخانم بەم شاخی نالەشکێنەدا تاقەت پڕوکێنە، خۆ ئەگەر لەبری وی توانیبام بەچەند پلەیەکیشیدا هەڵزنێم وا بزانە شەڕی حەوت (دێو)انی (دیوان) دەکەیم کردوە.

بۆیە لە چلەپۆپەی تەواوی دیوانەکەوە دابەزیمە دامێنی چەند بەیتێکیەوەو لە ئامێزیاندا ئۆقرەم گرت و ئەم چەپکە هەڵاڵە و نێرگزانەم بۆ خۆم و خوێنەران چنیەوە.

پوختەی مانای شیعرەکە:

شاعیر دیوە بەدەکەی دنیای بە بەحری فیتنە شوبهاندوە جا بۆ رزگاربوون لێی داوا دەکات ئەتۆ تەنها لەخوا بپاڕێیتەوەو واز لە غەیری خودا بهێنیت.

چە ندمانایەکی نیوە بە یتی یەکەم: دەبینینین دنیای چواندوە بە دەریایەك لە ئاشوب و ئاژاوە، چۆن دەڵێیت: بەحری خوێن، واتە بەلای مەحویەوە(رووە بەدەکەی) دنیا سەرتاپای شەڕ و ئاشوبە، جا بۆ ئەوەی تۆ لێی دەرباز بیت تەنها رێگەی خۆشەویستی خوایی بگرە.

مانایەکی دیکەی (بەحری فیتنە) کە لەشیعرەکەدا هاتووە دەریای (تاقیکردنەوە) و (بەڵایە) ئەو کاتە مەحوی دەڵێت: ئەم دنیا بۆ تاقیکردنەوە دروستکراوە جا بۆ ئەوەی لەو تاقیکردنەوەیە دەربچیت، داوێنی باخودا بگرەو بەردە ناخودا.

مانای سێیەمی فیتنە کە دەگونجێت مەحوی ئەوەشی مەبەست بێت مانا کوردیەکەیە کە فیتنە بە خەڵکی دوو زمان یان ئاژاوە نێرەوە دەوترێت: وەك (فلان سەری فیتنەکەیە).

چە ندمانایە کی نیوە بە یتی دووەم:

داوێنی باخودا بگرەو بەردە ناخودا

واتە: بۆ رزگاربونت لە (ئاشوب، بەڵا، تاقیکردنەوە، فیتنە) ی دنیا روو لە خوا بکە، جگە لە خودا بەردە، یان دەستەودامێنی (باخودا) دۆستانی خوابەو دووربە لە (ناخودا) ناحەزانی خوا. یان پاڕانەوەت با تەنها لەو کەسە بێت کە هەموو شتێکی بەدەستە کە (خودایە) ئەوانەی هیچیان بەدەست نیە واز لە پاڕانەوە بهێنە لێیان.

مانای چوارەمی ئەوەیە با داوات هەر لە خاوەن کەشتیەکە (باخودا) بێت، واز لە کەشتیوانەکان (ناخودا) بهێنە، چونکە لە راستیدا هیچیان بەدەست نیە.

ئەمانە چەن مانایەکی هەریەك لەو دوو بەیتە بوون کە بە وردبونەوەیەکی کەم خوێنەر دەیانگاتێ، هەرچەندە من لە کاتی زیادە سەرەنجدان و رۆچونمدا دوو مانای دیکەم بۆ دەرکەوت، دڵنیاشم گەر زیادیان تێفکرین نهێنی دیکەشمان لا گەڵاڵە دەبن.

مانای یەکەم: ئەم بەیتە ئاماژەیەکی نیمچە شاراوەی تێدایە بۆ چیرۆکی یونس پێغەمبەر سەلامی خوای لێبێت، وەك لە قورئانی پیرۆزدا هاتووە، لەکاتی تیروپشکدا یونس دڵی بە کەشتیوانەکە (ناخودا) خۆش بوو نەهێڵێت ئەوی بەرکەوێت، چونکە کە بۆیەکەم جار یونسی بەرکەوت کەشتیوانەکە وتی ئەم کابرایە لە پیاو باش دەچێت و نابێت ئەمی بەرکەوێت، یونس پشت بەمە ئومێدێکی بەدی کرد، کەچی دوای دوبارەو سێ بارەی تیروپشکەکە هەر ئەوی بەرکەوت، واتە: (ناخودا) کەشتیوان هیچی پێنەکرا لە رزگارکرندیدا بۆیە ئومێدی یونس بە

کەشتیەوان لە جێی خۆیدا نەبوو، بەڵام پاش هەڵدانی بۆ ناو ئاوو قوتدانی لەلایەن نەهەنگەکەوە ئا لەوێدا بە ڕاستی لە خودا پاڕایەوە لەگەڵ ئەو دەستەوداوێن بونەدا خوای گەورە لەو سێ تاریکیەدا (تاریکی شەو، تاریکی ناو ئاو، تاریکی نەهەنگ) بەهانایەوە چوو و نەجاتی دا.

گەر وردبینەوە لە بەیتەکە دەبینین دەستەواژە قورئانیەکان هەموو لە بەیتەکەی مەحویدا بە ئاشکرا وەکو (بەحر، فیتنە، نەجات) یان نیمچە ئاشکرا وەك (داوێن، باخودا، ناخودا) لە شیعرەکانی مەحویدا ناوبراون، مەحوی دەیەوێت بڵێت چاو لە چیرۆکی یونس پێغەمبەر بکە چونکە پێشەوایە لە خواناسین و گەیشتن بەخوادا، چونکە جگە لەخوا کەس بە هانایەوەیە نەگەشت بەڵام کە بەڕاستی هاواری لە خودا کرد ڕزگاری بوو، دنیاش بەحرەو تۆش تیایدا نغرۆ دەبیت و بۆیە هەر هاوار لە خودا بکە پارزگارت کات.

مانای دووەمی بەیتەکە دەگەڕێتەوە بۆ دیدە سۆفیگەریەکەی مەحوی بۆ شێوەی ژیان، کە شوێنکەوتوانی ئەو ڕێچکەیەو زۆر لە پیاوچاکانی ئەو ڕێبازەش باوەڕیان وایە هەموو کەسێك لەم دنیایەدا دەبێت (دەستگیر) ێکی هەبێت، یان شێخێکی ببێت کەبەرەو خواناسین بیبات، گەر ئەوە نەبوو ناحەزی خوا کە شەیتانە بەرەو دوور لە خوایی دەیبات، وتەی بەناوبانگیشیان وەك ئیما غەزالی لەم بوارەدا دەیگێڕێتەوە ئەمەیە (من لم یکن له شیخا فکان شیخه الشیطان) ئەوی (پیر) دەستگیرێکی نەبوو، ئەوا شەیتان دەبێتە (پیر)ی.

مەحویش لەو ئاراستەوە دەڵێت تۆ هەر بە ناچاری دەبێت شوێنی کەسێك بکەویت (چاك یان خراپ) جا دەستەوداوێنی شێخێکی ڕوو لە خودا بە بۆ ڕێنماکاری خۆت، واز لە شوێنکەوتنی پیاو خراپان بێنە.

من لەوەندە دەوەستم و بەدوی مانای دیکەدا ناگەڕێم، لەسەر وردەکاریەکانیش ناچم چونکە بابەتەکەمان درێژەی کێشا، وابزانم بەوەندە خوێنەر لێم دەسەلمێنێت کە بەڕاستی شیعری مەحوی پڕ ماناو مەبەستە پڕ لە ڕەوانبێژی و ئاماژەی وردەکارانەیە، شاخێکی نالەشکێنەودەبێت شاخەوانی کارامە پیایدا هەڵزنێت.

دەتەوێت ببیت بەچی؟

م: ئیسماعیل نوری

وەك لای هەمووان ئاشکرایە لە وڵاتانی جیهانی سێیەمدا، سەرەنجامو ئایندەی خوێندکارەکانمان، وابەستەیە بە ئەنجامو نمرەی قۆناغی شەشەمی ئامادەییەوە، ئیدی حەزو ئارەزوو، نرخو بەهایەکی نییە لە هەڵبژاردنی پیشەی دوارۆژدا.. با پێکەوە ئەم کورتە چیرۆکە پڕ مانایە بخوێنینەوە، بۆئەوەی پلانێك بۆ ئایندەی خۆمان دابنێینو بزانین دەمانەوێت ببین بەچی؟

خوێندکارێك کە لە پۆلی شەشەمی ئامادەیی دەیخوێند، باوکی دکتور بوو، ڕۆژێکیان باوکی لێی دەپرسێو دەڵێت: کوڕی شیرینم دەتەوێت ببیت بەچی؟

کوڕەکەی کە خوێندکارێکی زیرەکەو بە نیازە نمرەیەکی باش بەدەستبهێنێت، بە شانازییەوە گوتی: دەمەوێت ببم بە دکتور.

باوکی لە وەڵامدا گوتی: «خەر»!

کوڕەکەی بە وەڵامەکەی باوکی زۆر سەرسام دەبێت، چونکە بە درێژایی ژیانی وشەیەکی لەو شێوەی لە باوکی نەبیستبوو.. تەنها یەك وشەی ناخۆشی پێنەگوتبوو..

هەربۆیە بەسەرسامییەوە گوتی: بۆچی بابەگیان، مەگەر دکتوری پیشەیەکی خراپە؟

باوکی لە وەڵامدا گوتی: دووبارە لێت دەپرسمەوە: دەتەوێت ببی بەچی؟

کوڕەکەی کە زۆر حەزی لە پیشەی پزیشکی دەکرد: دووبارە وتی: دکتور!

باوکی بۆجاری دووەم پێی گوت: «خەر»!

دووبارە وەڵامەکەی باوکی کوڕەکەی تاساند، هەربۆیە پرسی: بابەگیان چ هەڵەیەکم کردووە؟ تکایە ئەگەر لە هەڵەدام ڕاستم بکەرەوە.. من لە منداڵییەوە خولیای ئەوەم کە ببمە دکتور!

باوکی بۆ جاری سێیەم لێی پرسی: دەتەوێت ببی بەچی؟

کوڕەکەی هەمان وەڵامی دایەوە..

باوکیشی بۆ جاری سێیەم پێی گوت: «خەر»!

کوڕەکەی گوتی: تکایە ئەگەر لە هەڵەدام ڕێنمونیم بکە، تۆ بە درێژایی (١٨) ساڵی تەمەنم یەك وشەی ناخۆشت پێنەگوتوم.. ئێستا ....

باوکی قسەکەی پێبڕیو گوتی: کوڕی ئەزیزم، من بە نیازبووم، ببم بە ئەنیشتاین، دواتر لە دکتوریا خۆم بینییەوە، گەر تۆ ئێستا بە نیاز بیت ببیت بە دکتور.. ئەوا لە حەماڵیدا خۆت دەبینییەوە!

کەواتە گەر ویستت ببیتە هەر شتێك، بەرزتر داوابکە، بۆئەوەی لانی کەم لە ئاواتەکەی خۆتدا خۆت ببینیتەوە!

گەر سەرنج بدەین پێغەمبەری پێشەوا (سەلامی خوای لێبێت) فێرمان دەکات، گەر داوای بەهەشتمان کرد لە خودای گەورە، داوای فیردەوس بکەین، کە بەرزترین شوێنی بەهەشتە..



دڵپیسیی نێوان ژن و مێرد



کۆمەڵناس: حەمەی ئەحمەد رەسوڵ

زۆرن ئەو زاناو دەروونناسانەی کە پێناسی دڵپیسیان کردووەو پێوەی سەرقاڵبوون، هەیانە وتوویەتی: دڵپیسی دەشێ روو بدات لەنێوان دوو کەس چ لە خێزاندا بن چ لە قۆناغی دڵداری و دەزگیرانێتیدا بن، کە ئەگەر ئاساییبوو نەگەیشتە حاڵەتی گومانکردن و بێباوەڕی و بێمتمانەیی، ئەگەر لە ماوەی هەفتە یان دوو هەفتەی خایاند، ئەوا دەکرێت بە دۆخ یان حاڵەتێکی سۆزداری و پاسەوانێتی پەیوەندییەکی خۆشەویستی دابنرێت و رەنگە لەبەر جوانی و شۆخ و شەنگی کەسی بەرامبەر بێت، رەنگە لەبەر ترسی فەوتاندن و مەیسەر نەبوونی پرۆسەی هاوسەرگیری بێت لەنێوان دوو دڵداردا، بەڵام هەیانە دەڵێت دڵپیسی نەخۆشییە، چونکە گەیشتۆتە ئەو دۆخەی کە سنوورەکانەی ئەو چەمکانەی سەرەوەی تێپەڕاند، بۆیە چووەتە قۆناغی نەخۆشیی دەروونییەوەو پێویستە کەسی دڵپیس سەردانی پزیشکی دەروونیی تایبەت بکات و دەرمانی چارەسەری وەربگرێت..

دڵپیسی دیاردەیەو لە زۆربەی کۆمەڵگاکاندا هەبووە، دیارە تاکی کوردیش لەم دیاردە نەگریسە بێبەش نەبووە، وا تێدەگەین کە ئەم دیاردەیە نەخۆشی بێت نەك دۆخ و حاڵەتێکی ئاسایی، چونکە کەسی دڵپیس گومان لە هەموو کەسێك و شتێکی دەوروبەری خۆی ئەکات، جاروبار ئەشێ کە هاوسەرێك پێکەنینی هاوسەرەکەی لەگەڵ بێگانەیەکدا قبوڵنەبێت یان چوونە دەرەوەی بە تەنیای قبوڵ نەبێ، خۆڕازاندنەوەو خۆجوانکردنی ژنەکەی نیگەرانی بکات، بەڵام ئەگەر ئەم حاڵەتە بەردەوام نەبوو زوو هاتەوە دۆخی جاران و بەدیالۆگ کردنی نێوانیان دووبارە نەبۆوە ئەوا ئەم دڵپیسییە جۆرێکە لە غیرەی سروشتی و گوزارشتە لە خۆشەویستی، بەڵام دڵپیسی گوماناوی لە هەموو شتێکی هاوسەر ئەوا ئەمە نەخۆشییەو ماڵوێرانییە، چونکە متمانەو بڕوابوون بەیەکتر ناهێڵێ.. دڵپیسی نەخۆشییەکە کەسانی ناڕۆشنبیرو نەزان و نامەدەنی دووچاری ئەبنەوەو لە ناو ئەواندا تەشەنەی کردووە، چونکە کەللەڕەقن و گومان لە هەموو کەسێك ئەکەن و خۆیان پیسن و داوێن پیسی ئەکەن بۆیە وا ئەزانن کە هاوسەرەکەشیان کە ئەچێت بۆ بازاڕ یان بۆ دەوام، ئەوا داوێن پیسی ئەکەن.

دڵپیسی شتێکی زۆر خراپەو گرێی دەروونییە، کە لە مرۆڤدا پەیدا ئەبێ و چارەسەرکردنیشی کارێکی زۆر زەحمەتە

بەتایبەت لەم ڕۆژگارەدا، چونکە کەس بڕوای بە کەس نەماوەو کاری لەشفرۆشی ژنانیش زۆر بەربڵاو بۆتەوەو بە ئاسانی بەهۆی مۆبایلەوە پەیوەندی دروست ئەکرێ و کاری سێکسیش زۆر ئاسانترە وەك لە جاران، بەڵام ئەگەر مرۆڤ توانی هاوسەرێکی چاك و ڕێکوپێك بدۆزێتەوە ئەوا متمانەشیان بەیەکتر زیاتر ئەبێ وڕێزو خۆشەویستی ئەگەر هەبوو، کاری خیانەتیش سەرهەڵنادات کەوا لەلایەکیان بکات، دڵپیس بێ..

دڵپیسی دوو هۆکار دروستی ئەکات، یەکەم نەبوونی متمانەو بڕوابەخۆبوون، دووەمیش، خۆشەویستی لەڕادەبەدەر کە ئەویش نەخۆشییەو وەسواسی و زێدەڕەوی و حەساسییەت دروست ئەکات، بۆ وێنە کەسێك متمانەی بە خوشك یان ژنی خۆی نەبێت و ئینجا زۆریشی خۆش بوێت، غیرەی لێئەکات و ئەمەش پەرە ئەسێنێ تا ئەبێتە دڵپیسی و ئیتر شەڕوشۆڕ لەسەر ژیانی یەکتر دروست ئەبێ، ئەو کەسەش کە متمانەی کەمە بێگومان گرێی دەروونی یان جۆرە نەخۆشییەکی دەروونی لەگەڵدایە، چونکە گومان لە هەڵسوکەوتی ئاسایی کەسی بەرامبەر ئەکات. ئەمەش ترسناکەو ڕەنگە ئەنجامی خراپ و کارەساتی لێبکەوێتەوە، چونکە ڕەنگە پیاوی دڵپیس ژنەکەی و کچی خۆی یان خوشکەکەی خۆی لەسەر دڵپیسی و بکوژێت.

دڵپیسی، نەخۆشییەو لەو کەسانەدا دروستئەبێ کە پەروەردەی خێزانیان ئاڵۆزەو بێسەروبەرەیە بووە، شەڕوشۆڕ هەبووەو متمانەو خۆشەویستی نێوان دایك و باوکەکە کەمبووە یان هەر نەبووە، نەزانی و نزمی ئاستی ڕۆشنبیری و هزری خێڵەکی هۆکارن بۆ ئەوەی کە تاکی بێ متمانەو باوەڕ پەروەردە بکەن، بێ متمانەیی بەرامبەر بە ڕەگەزی دووەم، وا لە مرۆڤ ئەکات کە بیر لە شتی وەهمی و خەیاڵێکی بێ بنەما بکاتەوە، مرۆڤی ئاست نزم و خێڵەکی ڕاستی لێ ونبووەو بە چەواشەیی تەماشای دەوروبەری ئەکات وبۆ وێنە کە ئافرەت چووە دەرەوەو ماکیاژی کرد وا ئەزانێ خۆی بۆ کاری سێکسی و داوێن پیسی ئەڕازێنێتەوە. دڵپیسی دوو جۆرە، یەکێکیان ئەو حاڵەتە کە گومان لە کەسی بەرامبەر ئەکرێت بەڵام بنەما هەیەو هۆکارەکە ئاشکرایە چونکە ڕەفتار یان قسە یان شتێك بینراوەو لەسەر بناغەیەك دڵپیسی لەکەسی نزیك یان خۆشەویست ئەکرێت و ئەمەش ناکرێت بە نەخۆشی ناو ببرێت بەڵام ئەوەی کە ئەبێتە دیاردەیەکی ناوازە یان کەسەکە نەخۆشی پارانۆیای لەگەڵدایە کە ڕۆڵێکی گەورە ئەگێرێت و دڵپیس وا لێدەکات کە گومان لە هەموو شتێك بکات، بەبێ ئەوەی هیچ بنەمایەك لە ئارادا بێ، لە هەموو کەسێك یان ڕەفتارێك یان شتێکی نزیك بە ئەو گومان و شکی هەیە، وا ئەزانێ هەموو قسەو کردەوەیەك دژ بەو ئەکرێ و ئاڕاستەی ئەو ئەکرێت ئەمەش خەسڵەتی کەسایەتی نەخۆشی پارانۆیایە. هەروەها لەو پرسەدا کە دەڵێت، ئایا دڵپیسی لای کامیان زۆرترە، لای پیاو یان ژن؟

هەندێك دەڵێن، لای پیاوی کورد زۆرترە چونکە ئەم کۆمەڵگایەی ئێمە پیاوسالارییەو مێرد خۆی بە ئاغای ژنەکەی و ماڵەکەی ئەزانێ و ئەیەوێت فەرمان دەرکات و لە هەموو ڕەفتارێکی ژنەکەی بپرسێتەوە. پیاوی کورد زۆربەیان دڵیان لە ژنەکانیان پیسەو من هاوڕێکانم زۆربەیان بەدەست ئەو حاڵەتەوە ئەناڵێنن و هیچ چارەسەرێکیشیان نییە بە بەردەوامی شەڕیانەو هەندێکیان بەزۆرەملێ داوای تەڵاقیان کردووە. پیاوان زۆرتر دڵیان پیسە، چونکە ئەزانن کە ژنان زوو هەڵئەخەڵەتێن و کاری خراپەیان لەگەڵدا ئەکرێت، پیاوان سەرچاوەی دروستبوونی دیاردەی دڵپیسین و ژنانیشیان فێرکردووەو ناچارە دڵی لە مێردەکەی پیس بێت. هەندێکی دیکە دەڵێن، پیاو و ژن وەکو یەك هەن کە دڵپیس بن و ڕێژەکەیان لەیەکەوە نزیکە، هەروەها هەندێکیتر دەڵێن: ژنان زۆرتر دڵیان لە مێردەکەیان پیسە، چونکە حەز ناکەن ژنی دووەمیان بەسەر بێت، حەزیان لە خیانەت نییە، بەتایبەت لەو دۆخانەدا کە باری ئابووری مێردەکانیان باشەو قۆزو جوان و گەنجیشن.. ژنی کوردیش لەبەرئەوەی زۆر چەوساوەنەتەوەو مەینەتی و دەردەسەریان چەشتووە متمانەو بڕوایان بە پیاو نەماوە، بۆیە ئەوان هەمیشە دڵیان لە مێردەکەیان پیسەو زۆرێك هەن دەڵێن، لەنێو ژنانی کوردا وا باوە کە زۆرینەیان دڵپیسن.

دواجار ئایا چارەسەری دڵپیسی چییە؟ بەڕای کۆمەڵناسان، پێویستە هەر لەسەرەتاوە هیچ لەو هاوسەرانە دڵپیسی لەیەکتر قبوڵ نەکەن چونکە چارەسەری نییەو ژیان لە یەکتر ئەکەن بە دۆزەخ، بگرە تەڵاق و قسەوقسەڵۆکی خەڵکی باشترە لەوەی لەگەڵ کەسی دڵپیس یان ڕەزیل و پیسکەدا ژیان بەریتەسەر. چارەسەریش ئەوەیە کە بڕواو متمانەی زۆرتریان بەیەکتر هەبێ، هیچ شتێك لەیەکتر نەشارنەوەو پرس بە یەکتر بکەن، خۆشەویستی زیاتریش بۆ یەکتر دەرببڕن، نەك زوو زوو شەڕش بکەن. چارەسەر ئەوەیە کە بەتایبەت کچەکانمان ئەوەیان بۆ ڕوون ببێتەوە کە ئایا ئەو کوڕەی شووی پێئەکەن ئەگەر دڵپیسە ئەوا بەهیچ جۆرێك شوو نەکەن. دڵپیس پێویستە چارەسەری خۆی بکات یان با زەواج نەکات باشترە. تاکی دڵپیس پێویستە بچێتە لای پزیشك و ئەو نەخۆشییەی چارە بکات بۆ ئەوەی کۆمەڵگا بەتەواوی تووشی ئیفلیجی نەکات. زۆرێك هەن دەڵێن، ئەم دیاردەیە پێی ناوترێ نەخۆشی و شتێکی ئاساییەو ئیتر چارەسەر بۆچی؟ بەڵام بۆ چارەسەری ئەو دڵپیسییەی گرێدراوە بە نەخۆشی پارانۆیا، لەبەرئەوەی ڕادەی گومانی زۆر بەرزەو بڕوای بە هاوسەرەکەی نییە، پێویستە کە سەردانی پزیشکی دەروونی بکات و دانیشتن و جەلساتی لەگەڵدا بکرێ و دەرمانی تایبەت وەربگرێت.



د. دانا علی صالح
مامۆستای زانستە ڕامیارییەکان
زانکۆی سلێمانی

ئینتەرنێت و ڕۆڵی لە گۆڕانکارییە سیاسییەکاندا

دەستپێك..

لە ڕۆژگاری ئەمڕۆدا ئینتەرنێت دایکی هۆکارەکانی گەیاندنە و گرنگترینیشیانە، چونکە بووەتە میکانیزمی سەرەکیی گەیاندن و زانیاری و زانست و ململانێ و هاوکاری و لایەنە جیاوازەکانی تری ژیان لەسەر ئاستی خودی تاك و کۆمەڵگە بەگشتی، ئەمە وێڕای ئەوەی کە ئینتەرنێت بەو هەموو خزمەتگوزارییەی پێشکەشی دەکات توانیویەتی شێوازی ژیانی سیاسی و کۆمەڵایەتی و کاری پیشەیی و ڕێکخراوەیی و شێوازی بەڕێوەبردنی کاروبارە حکومی و نا حکومییەکانیش بگۆڕێت و بەرو پێشی ببات، تەنانەت جۆری جەنگەکان و پەیوەندیی سەربازی و ململانێکانیش بردۆتە قۆناغێکی نوێوە و بەمەش زۆر لە بیردۆزە کلاسیکییەکان پێویستیان بە گۆڕانکارییە و پێویستە جارێکی تر دابڕێژرێتەوە.

ئەوەی ئێمە لێرەدا تیشکی دەخەینە سەر کاریگەریی ئینتەرنێتە لەسەر گۆڕانکارییە سیاسییەکان لەسەر ئاستی سیاسەتی نێودەوڵەتی و هەرێمی کاریگەریی لەسەر ڕەوتی گۆڕانکارییە سیاسییەکان و ئاراستەی تاکەکان و کۆمەڵگە و بڕیار بەدەستنانیش.

سەرەتا با بزانین ئینتەرنێت (Internet) چییە؟

(Internet) کورتکراوەی (International_ Network)ە.

بریتییە لە ملیۆنەها تۆڕی پێکەوە بەستراو بەشێوەیەکی نا توندو تۆڵ، کە دامەزراوەی ئیکان بەڕێوەی دەبات، لقی سەرەکیی نییەو خزمەتگوزارییەکانی بەشێوەیەکی مەرکەزی پێشکەش ناکرێن، یەك پێرستی گشتگیریشی نییە کە پێمان بڵێت چیی تێدا دەست دەکەوێت.

کێ ئینتەرنێتی داهێنا؟

ویلایەتە یەکگرتووەکانی ئەمریکا دایهێنا لە ساڵی ١٩٦٩، سەرەتا تا ساڵی ١٩٨٦ بۆ مەبەستی سەربازی لە چوارچێوەی جەنگی سارددا بەکاری دەهێنا کە بە (Arpanet) ناو دەبرا. لەو ساڵەوە خزمەتگوزارییەکانی بۆ لایەنی زانستی بەکار هێنرا.

دواتر لە ساڵی ١٩٩٠ وە تا ئێستا بواری بەکارهێنانی فراوان بوو بۆ بوارەکانی بازرگانی و دارایی و گەیاندن تەنانەت لەلایەن تاك و دامەزراوەکانەوە.

بەڵام (World Wide» (WWW "Web وەك خزمەتگوزارییەك لە ساڵی ١٩٩٠ داهێنرا و ئینتەرنێتی هێنایە نێو کۆمپانیا و ماڵەکانەوە و بەکارهێنانەکانی فراوان کرد.



جگە لەمە چەند خزمەتگوزارییەکی تر هەن کە بریتین لە:

ئینترانێت (Intranet)
ئیکسترانێت (Extranet)
بروتوکولاتی (TCP/IP)

ئینتەرنێت لە لایەن دامەزراوەی (Ican) Internet Cooperation to Assigned Names And Numbers (١٩٩٨) ەوە بەڕێوەدەبرێت.

نەوەی ئایندەی ئینتەرنێت "Next Generation Internet"چییە؟

نەوەی دووەمی ئینتەرنێت بەرێومیە کە لە ساڵی (٢٠٠٤) ەوە لە ویلایەتە یەکگرتوەکانی ئەمریکا دەستپێکردوە، لە رێگای کۆمەڵێك دامەزراوەوە کە ئامانجیان سوود نییە، زیاتر لە (١٨٠) زانکۆی ئەمریکی سەرۆکایەتیی ئەم پرۆژەیە دەکەن، ئەمە وێرای (٦٠) کۆمپانیای بازرگانی.

ئەم پرۆژەیە بەکارهێنانێکی زانیاری و پەیوەندی ئامێری بەهێزو تواناتر و ئەمینتر دەرەخسێنێت لەوەی کە ئێستا هەیە، بەتایبەت لەوەی کە پەیوەندیی بە پارێزراوی و خێرایی گواستنەوەی زانیاری و داتاکانەوە هەیە، کە هەزاران هێندەی ئەو ئینتەرنێتەوە ئێستایە!

پەرەسەندنی ئینتەرنێت: ئەو پەرەسەندنە خێرایەی کە ئینتەرنێت بەخۆیەوە بینیوە لە خێرایی پەرەسەندنی هەموو هۆکارێکی تری گەیاندن زیاترە.

رادیۆ پێویستی بە (٣٨) ساڵ بوو بۆ گەیشتن بە (٥٠) ملیۆن مرۆڤ لە (USA) تەلەفزیۆنیش پێویستی بە (١٣) ساڵ بوو، ئەمە لە کاتێکدا کە ئینتەرنێت تەنها بە (٤) ساڵ بوو بۆ ئەوە.

گرنگترین تایبەتمەندییەکانی ئینتەرنێت لەرووی گەیاندنەوە:

١- کارلێککردن: واتە تاك و گروپ و بارت و یەکەکان و تاد، والێکردووە بتوانن راستەخۆ قسەوباس و پەیوەندی و زانیاری و داتا ئاڵوگۆڕبکەن.

٢- خێرایی و نوێکردنەوە: واتە راستەوخۆ پەیوەندیی دەکەیت و دەتوانیت زانیارییەکان وبەرنامەکانت ئەپدەیت بکەیتەوە سات لە دوای سات.

٣- مەڵتیمیدیا و پەیوەندیی بەردەوام و ئاسانی: واتە بەچەند کەناڵێك دەتوانیت پەیوەندیی بکەیت هەر لەسەر تۆڕی ئینتەرنێت، بەشێوەیەکی بەردەوام، واتە ئینتەرنێت ناخەوێت، بەڵکو بەردەوام (٢٤ کاتژمێر) شەو و رۆژ بوونی هەیە، جگە لەمە بەکارهێنانی ئاسانە و پێویستی بە شارەزاییەکی زۆر نییە، بەڵکو هەندێکجار کەسانی نەخوێندەواریش بە ماوەیەکی کەم فێری بەکاهێنانی دەبن.

٤- فرەکەناڵی: هەموو میدیا و دامەزراوەو یەکەکان و چالاکییەکانیان دەڕژێنەوە ئینتەرنێت و تۆ دەتوانیت ئەوەی دەتەوێت هەڵیبژێریت و سوودی لێ وەربگرێت، واتە ئازادیی هەڵبژاردنت هەیە، جگە لەمە تۆ دەتوانیت لە رێگەی کۆمپیوتەرەکەتەوە یان لە رێگەی مۆبایلەکەتەوە یاخود هەر ئامێرێکی تری گەیاننەوە ئینتەرنێت بەکاربهێنیت.

٥- تەحەککومکردن: هەر خودی بەکاربەری ئینتەرنێت خۆی تەحەککوم دەکات بە کات و شوێن و جۆر و ئاستی ئەو بابەتەی کە دەیەوێت لەرێگەی ئینتەنێتەوە دەست بکەوێت، بەڵام کەناڵەکانی تری میدیاو پەیوەندیی ئەو تایبەتمەندییەیان نییە، بۆ نموونە رادیۆ یان تەلەفزیۆن.

گرنگترین خزمەتگوزارییەکانی ئینتەرنێت

١- (Web) یان (World Wide Web) تۆڕی فراوانی جیهانی، کە ئاسانکارییەکی زۆری کردووە بۆ گەیشتن بە زانیاری و داتاکان و دامەزراوەو یەکەکان.



٢- ((E-Mail)) تەنها ساڵی ٢٠٠٩ (٩٠ترلیۆن) نامەی ئیلکترونی نێرراوە، واتە: (٩٠,٠٠٠) ملیار نامە.

٣- کڕین و فرۆشتن و بازرگانی ئیلکترۆنی.

٤- پەیوەندیی (Telnet)

٥- پرۆتۆکۆلی فایل گواستنەوە ((File Transfer Protocol)) (FTP)

٦- گروپی گفتوگۆ (Discussion Group)

٧- هەواڵ و ریکلام و یاری و رێنمایی پزیشکی و گەشتیاری.

٨- فێربوون لەدوورەوە.

٩- (Chat) و (Live Voice) و (Electronic Conference)

١٠- تۆڕە کۆمەڵایەتییەکانی تری وەك:

أ- سایتی (Facebook) ژمارەی بەکارهێنی لە ئابی ٢٠٠٨دا تەنها ١٠٠ ملیۆن بووە، ئەم ژمارەیە لە مانگی پێنجی ٢٠١٠دا هەڵکشاوە بۆ (٥٠٠) ملیۆن. نیوەیان رۆژانە سەیری پەیجەکەیان دەکەن.





ب- سایتی (Flicker) (٢٠٠٤) . سەیڤکردنی ٤ ملیۆن وێنە تەنها لە ٢٠٠٩.

ج- سایتی (QQ) (١٩٩٨)

د- سایتی (YouTube) (٢٠٠٥) . رۆژانە ١ ملیار گرتەی ڤیدیۆیی لێوەی سەیر دەکرێت.

هـ- سایتی (Twitter) (٢٠٠٦)

المدونات (Blog)



بەپێی ئەو داتایە لە ساڵی (٢٠٠٠) دا (٣٩٤) ملیۆن کەس بەکارهێنەری ئینتەرنێت هەبووە لە جیهاندا، ئەو رێژەیە لە ساڵی (٢٠٠٥)دا بۆ (١,٠٣٦) ملیار و لە ساڵی ٢٠١٠دا بۆ (٢,٠٨٤) ملیار کەس

بەرز بووەتەوە.

واتە بەرێژەی (٦٪ بۆ ١٦٪ بۆ ٣٠٪) بەپێی ئەو ساڵانە.

بەڵام ئەم ڕێژەیە یەکسان نییە لە نێوان جیهانی باکور و باشوردا.

لە جیهانی پێشکەوتوو لە ساڵی ٢٠١٠ ٧١٪ دانیشتوانیان ئینتەرنێتیان بەکارهێناوە، ئەمە لە کاتێکدا ئەو ڕێژەیە لە جیهانی باشووردا لە ٢١٪ تێپەڕی نەکردووە.

کاریگەرییە سیاسییەکانی ئینتەرنێت

یەکەم: خێراکردنی کارلێکە سیاسییەکان وکارو کاردانەوەو دەرهاویشتەی ڕووداوە سیاسییەکان.

ئەمەش لە ڕێگەی:

١- گۆڕینی بواری کاری میدیایی و گەیاندن لە کلاسیکییەوە بۆ بوارێکی پەرەسەندووی زیندوو.

ئەمەش چەند دەرهاویشتەیەکی هەبوو، لەوانە:

أ- دەرکەوتن و پەرەسەندنی ڕاگەیاندنی ئیلکترۆنی کە سەریکێشا بۆ ئازادبوونی گەلان لە ڕاگەیاندنێکی ئاراستەکراوی فەرمی. ئازادییەکەش بواری ئازادیی ناردن و وەرگرتنیشی گرتەوە.

ب- دەستکەوتنی زانیاریی نوێ لە سەرچاوەی ڕاستەخۆوە لەسەر هەر بابەتێکی خوازراو و هەنوکەیی.

ج- ئاسانیی گەیاندنی زانیاری و هەواڵ بۆ جەماوەر دوور لە هەژموونی دەسەڵات و بازرگانە پاوانخوازەکانی میدیا. (بۆیە ٩٠٪ی خوێنکارانی زانکۆ لە میسر لە ئینتەرنێتەوە هەواڵەکانی شۆڕشەکەیان وەردەگرت لە بەرامبەر ١٠٪ بۆ تەلەفزیۆن).

د- توانای گەیاندنی پەیامی میدیایی بەوشێوەیەی کە نێرەر دەیەوێت نەك بەوشێوەیەی کە ئیمپراتۆرەکانی میدیا دەیانەوێت و بەو شێوەیەی خزمەتی بەرژەوەندیی خۆیان دەکات مۆنتاجی دەکەن، بەڵکو هەندێکجار بە پێچەوانەی پەیامی نێرەرەوە دەرهێنان بۆ هەواڵەکە دەکەن.

هـ- هەرزانیی کرێی پەیوەندیکردن، بەشێوەیەك کە زۆینە یان کۆی خەڵك بتوانن بەو کارە هەستن و هەمووشیان لە زانیارییەکاندا بەشداربن.

ئەمەش وادەکات هاوڵاتی بتوانێت ڕۆڵی چاودێری ڕاستەوخۆ بگێڕێت بەسەر دەسەڵات و گۆڕانکارییەکان و تەنانەت ڕاگەیاندنی فەرمی و حیزبیشدا، ئەمە وێڕای بەدواداچوونی کارە سیاسی و بازرگانییەکان بە شێوەیەك کە لەپێشدا نەبووە.

٢- کاریگەریی ڕاستەوخۆ لەسەر ڕای گشتیی نێوخۆیی و جیهانی، لە ڕێگەی ئەو زانیارییانەی کە بەبەردەوامی سنورەکان لەکاتێکی کورتدا یان ڕاستەوخۆ دەگوێزنەوە بۆ ناوخۆ و جیهان.

لێرەوە دەرکەوتنی (هاوڵاتیی ڕۆژنامەنووس یان ڕۆژنامەنوسی شەقام) دیاردەیەکی نوێیە و گەنجانیش پێشڕەویی ئەو گۆڕانکارییەن و بۆ ئەمەش ئینتەرنێت میکانیزمی سەرەکیی کارەکانیان و بڵاوکرنەوەیانە.

لێرەوە ڕووداوە سیاسییەکانی وڵاتێك دەتوانن کاریگەریی ڕاستەخۆ یان ناڕاستەخۆ لەسەر پرۆسەی سیاسیی وڵاتانێکی تر جێبهێڵن. هەروەها بڕیارێکی سیاسی یان ئابوری کە لە جێگایەکی دوورەوە دەدرێت دەکرێت شوێنەواری خۆی بەشێوەیەکی ڕاستەخۆ یان ناڕاستەخۆ لەسەر ژیان و ڕەوتی کارو شێوازی بیرکردنەوەی ملیۆنەها خەڵکی وڵاتانێکی تر جێبهێڵێت.

ڕووداوەکانی شۆڕشەکانی تونس و میسر لە سەرەتای ٢٠١١ و کاریگەرییان لەسەر گۆڕانکاری و ڕاپەڕینەکانی یەمەن و لیبیا و سوریا و وڵاتانی تر و چاکسازییەکانی ئوردون و مەغریب و جەزائیر و مەغریب و ..هتد، باشترین بەڵگەی ئەو کاریگەرییانەن.









ڕێگری لە کاریگەرییەکانی ئینتەرنێت دەکرێت؟

ڕێژەی زیادبوونی بەکارهێنانی ئینتەرنێت (بە ملیۆن) و ڕێژەی سەدی

سال	٢٠٠٥	٢٠٠٦	٢٠٠٧	٢٠٠٨	٢٠٠٩	٢٠١٠	٢٠١١
وڵاتانی عەرەبی بە ملیۆن	٢٥	٣٥	٤١	٥١	٦٣	٨٥	١٠٥
[illegible]	٨.١	١٠.٩	١٤.٠	١٧.٦	٢١.٢	٢٨.١	٢٩.١

دووەم: توانا گەلێکی زۆری بەخشی بە هێزە ناحکومییەکان و ڕێکخراوەکانی کۆمەڵگەیمەدەنیلە ڕووی:

١- پەیکەری ڕێکخستن.

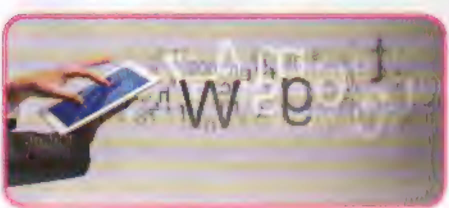
٢- کاریراگەیاندن.

٣- خەباتی سیاسی.

سێیەم: دەتوانێت بەخێرایی کاریگەری لەسەر پەیوەندییە نێودەوڵەتییەکان و پێکهێنەرەکانی کەسێتیی نەتەوەیی گەلان و سیاسەتی دەرەکیی وڵاتان و سیاسەتی نێودەوڵەتی بەگشتی بەجێ بهێڵێت.

کەواتە:

ئینتەرنێت کاریگەریی ڕاستەخۆ و ناڕاستەوخۆ لەسەر گۆڕانکارییە سیاسییەکان جێ دەهێڵێت، بە شێوازێك کە ئەو کاریگەرییانە سنورەکان ببەزێنن و کاردانەوەکانیان خێراو فرەناست بن.





سیماو دیاردە ناشارستانیەکانی کۆمەڵگەمان!

ن: شوان رابەر

ئەگەر تەماشای ناوشارو شارۆچکەکانی کوردستان بکەین، کۆمەلێ دیاردەو سیماو روخساری بەدو ناشیرینو ناشارستانی دەبینین، کە بریتین لە شتی خراپو قێزەون، و گوناهو نارەوان و مایەی زیان و مەترسین، پێویستیان بە گۆران و چارە سەر هەیە، لێرەدا ئاماژە بە هەندێکیان دەدەین:

١- تاسە دروستکردن بەبێ هۆ لە کوچەو کۆلانو سەر شەقامەکان.

٢- جادەهەڵکەندن بەناوی وایە رو بۆری و ئاوراکێشان...... پاشان چاك ناکرێتەوە و دەبێتەمایەی کێشە و گرفت بۆ خەڵکی.

٣- ئاوبەردانەوە سەر جادە و ئاوەرۆکان و بە فیرۆدانی.

٤- لەپێش ماڵاندا زبڵ و خاشاك فرێدەدرێت، بەمەش پێش ماڵو جادەکان پیس دەکرێت.

٥- مامەڵەکردنی خراپ لەگەڵ ژینگە پارێزەکان و سوکایەتی پێکردنیان.

٦- کارگوزاری شارەوانی: پێویستە کاری خۆی بەرێکی ئەنجام بداو، پارە لە خەڵکی وەرنەگرێ.

٧- کێشەی گوفەك دروستکردن: لەپێش ماڵان، لەکەندو کۆلانان زۆرە.

٨- کێشەی کەلاوە: پێویستە لەکۆلانان کەلاوە دروست نەکرێ، منداڵ نەچنە ئەوێ، شتی فرێ نەدرێتێ، ئاگری لێ نەکرێتەوە، بڵاو نەکرێتەوە.

٩- خانوو بەرزکردنەوە بەسەر یەکتریدا، خەڵکی نیگەران وهەراسان دەکات.

١٠- تەماشاکردنی دەرو دراوسێ لەهەر شوێنێکی ماڵەوەبێ.

١١- دەرگا نزمکردن و، دەرگا کردنەوە بەرووی دەرەوە بە جۆری کە ناو ماڵەوە دیارە.

١٢- شت نوسین لەسەر دەرو دیواران و شوێنەکان.

١٣- تۆری تەلەفۆن: لە هەندێ شوێن وایەری تەلەفۆنات پەرشو بڵاو و نزمو ئالۆزو جەنجاڵە.

١٤- کارەبا لەیەکتر دزین ولە یەکتر برینو وەرگرتن.

١٥- دانیشتن لەکۆلان و خەڵك هەراسانکردن؛ وەك دانیشتنی گەنجان، ئافرەتان، منداڵان... هتد.

١٦- شت فرێدان: لە ئۆتۆمبیلەوە بۆ سەرجادەکان، لە پارکو شوێنە گشتیەکان.

١٧- قۆرت لێدان: لەسەرجادان، لەلێواری جادەکان، لەکوچەو کۆلان.

١٨- هەڵرشتنی مەوادی بینایەکان لەسەر جادەو لە کوچە و کۆلانان، بە جێ هێشتنی پاشماوەکان.

١٩- برینی دارودرەختی ناو ماڵ و شارو ئاوەدانی.

٢٠- کون کردنی بۆری ئاوەکانی سەرجادە کان و چاك نەکردنەوەیان.

٢١- یاری کردنی منداڵان بەئامێری زیان بەخش.

٢٢- رۆیشتن لەسەر جادەکان و خۆلانەدان لە ئۆتۆمبیل.

٢٣- کوژاندنەوەی کارەبای یەکتری.

٢٤- لەیەکتر عاجزبوون لە سەر کێشەی بچووکی ماڵو منداڵ.

٢٥- زبڵ و خاشاك راماڵینە پێش ماڵی یەکترو پیسکردنی پێش ماڵێ یەکدی.

٢٦- منداڵ و تۆپانە کردن لە کۆلانو پێش ماڵان، پاسکیل سواری، بەسەر دیوار کەوتن.

٢٧- ئازار دانی گیان لە بەران وەك؛ سەگ و ولاخو و مەرو ماڵات.

٢٨- هەڵسوکەوتی کرێکارانی سەر بینا بەرامبەر بەدەرو دراوسێ وکۆلانەکان.

٢٩- بە ماتۆرگەران بە کوچەو کۆلان و جادەکان و گاڵتە بەخەڵك کردن و فیکە لێدان و هەراسان کردنی هاوولاتیان.

٣٠- شە رە ئافرەت لەکۆلانان لە سەر منداڵو جۆگەو پێش دەرگەو شتی کەم و بێ هودە.

٣١- تێکدانی پارکەکان و هەراسانکردنی خەڵکی لەلایەن منالو گەنجانەوە.

د. ئەحمەد وەرتی

ئاکام و بەرهەمی چاکسازیی

باشترین شتێك كە لەسایەی ئەنجامدانی چاكسازییدا بەدەست دێت، بریتییە لە بەختەوەری و خۆشگوزەرانی و دادپەروەری لە وڵاتەكەمان لەمیانی هاتنەدی ئەمانەی خوارەوە دا:

١- رێزگرتن و گرەنتی كردنی مافی مرۆڤ و پشت بەستن بەپێوەرە مرۆڤایەتییەكان لەمامەڵەكردن لەگەڵ هاوڵاتیان و قەدەغەكردنی بەكارهێنانی هۆكارەكانی سەركوتكردن و ئەشكەنجەدان.

٢- زیادبوونی هەلی كار و چارەسەركردنی بێ كاری و بووژاندنەوەی باری ئابووری.

٣- گەشەسەندن و پەرەپێدانی بواری زانست وخوێندن بە هۆی هاورێكی لەهەل و دەرفەتەكان و چاوگێڕانەوە بەسیاسەتی خوێندن و خوێندنی باڵادا بەشێوەیەك گونجاو بێت لەگەڵ خواستەكانی سەردەم و تایبەتمەندییەكانی پرۆسەی گەشەپێدان.

٤- بەرفراونكردنی بوارەكانی بەڕێوەبردنی سیاسی، فیكری و فەرهەنگی و كۆمەڵایەتی.

٥- پەرەپێدان لەبواری خزمەتگوزاری تەندروستی و كۆمەڵایەتی بۆ هاوڵاتیان.

٦- كێبركێ لەبوارەكانی یاسایی و هەڵبژاردنی خاوێن و عادیلانە لەپێناو ئاڵوگۆڕكردنی ئاشتیانەی دەسەڵات و بەشداری سیاسی و كاریگەرانەتر.

بۆ بەدیهاتنی ئەمە و رووبەڕووبوونەوەی پرۆژە و پیلانە دەرەكییەكان، بە پێویستی دەزانم ستراتیژیەتێكی گشتی بگیرێتەبەر بەپێی ئەم خاڵانەی خوارەوە:

أ- هەنگاوی یەكەم دەبێ لە قەناعەتی میللەت بەزەروورەتی چاكسازی و گۆڕانكاری دەست پێ بكات لەگەڵ هەستكردنی بە دۆخە خراپەكەی و گۆڕان بەرە و باشتر، پاش ئەمە قۆناغەكانی تر بەرە و چاكسازی ساناتردەبن، گەرچی كۆمەڵێك لەمپەر و تەحەددیات و سەختی دێنەپێش هەر گەل و نەتەوەیەك كەشۆڕش دژ بەگەندەڵی بەرپا دەكات و خوازیاری چاكسازییە، بەڵام دواجار ئیرادەی گەل سەردەكەوێت، بەرلەمەش پێویستە میللەت ئاشنا بكرێت و ئاگاداربكرێتەوە لەو بارودۆخەی تیایدا دەژیت و هاندانی بۆ گەران بەدوای چارەسەردا، چاكسازیخوازی گەورەی جیهانی ئیسلامیی (عەبدولڕەحمان كەواكیبی) لەو بارەوە دەڵێت (ئەو نەتەوەیەی كە هەمووی یان زۆرینەی هەست بەئازاری ستەم و ئیستیبداد ناكات شاستەی ئازادی نییە)(*)، هەروەها دەڵێت (كاتێك لەناو نەتەوەی مردوودا كەسێك هەبوو كە غیرەت و شەهامەتی پاڵی پێوەدەنا بۆ دەست گرتنی و راپەرینی، پێویستە لەسەری یەكەم: ژیانی تێدا بروێنێت كە بریتییە لەزانست، واتە زانست و زانیاری بەوە كە بارودۆخەكەی خراپە، و دەكرێت بەباشتر بگۆڕدرێت، جا كاتێك ئەمەی زانی هەستكردن بە ئازارەكانی ستەم و ئیستیبداد تیایدا دەست پێدەكات، پاشان ئەم هەستە بەسروشتی خۆی پەرە دەسێنێت لە تاكەكانەوە بۆ دەیان كەس و تا تا ...تاوەكو زۆرینەی نەتەوە دەگرێتەوە، بەهەڵمەت وحەماسەت كۆتایی پێدێت، وە بەزمانی حاڵی دەگاتە پلەی وتەی حەكیمی مەعەری كە دەڵێت:

(إذا لم تقم بالعدل فينا حكومة.. فنحن علي تغييرها قدراء).

واتە: ئەگەر حكومەتێك نەتوانێ دادپەروەری لە نێوماندا بەرپا بكات ئەوا ئێمە توانادارین لە سەر گۆڕینی)،(**).

ب- چاكسازی مەسەلەیەكی ناوخۆییەو پێویستە لەناوخۆدا بە

سازان و ڕێککەوتنی هەموولایەك بێتە ئەنجامدان دوور لە ویسایەت و فشار و دەخالەتی دەرەکی.

ج- پێشکەشکردنی ئەلتەرناتیڤ (بدیل)ی نیشتیمانی و ئیسلامیی لە بەرامبەر پرۆژە دەرەکییەکاندا، نەك فێڵ کردن لەچاکسازی بەبیانووی ڕەتکردنەوەی چاکسازی و دەخالەتی دەرەکی، گەر چی ئەمرۆ هەموان ئیدیعای چاکسازی دەکەن، بە تاك و کۆمەڵ، دەسەڵات و ئۆپۆزسیۆن، ڕێکخراوەکان ...، بەڵام تەنیا ئیدیعا کردنی چاکسازی بەس نییە، بەڵکو هەنگاوی جددی پێویستە لەمەیدانی کردەییدا، داواکاری و ئیدیعاکردنی چاکسازی سانایە، بەڵام جێبەجێکردنی ئاسان نییە و بەڵگەی گەرەکە!

ئەم ئەلتەرناتیڤە پێویستە لەسەر بنەمای دروستکردنی ئیجماعێکی میللی لە ناوخۆدا بە ئەنجام بگات سەبارەت بەچاکسازی و بەرەنگاربوونەوەی گەندەڵی بە تەبەنناکردنی ستراتیژیەتێکی هەمەلایەنەی نیشتیمانی و بەفیعلی دەست بەکاربوون تیایدا، چارەسەرکردنی کێشە و گرفتەکان و لابردنی بەربەستەکان لەبەردەم ئەنجامدانی چاکسازی بەگۆڕینی کلتوری سیاسی لەمیانی ڕێزگرتنی بەرپرسان لەیاسا و ڕێساکان و بەهاکانی گەل و لێبوردەیی و قبولکردنی ئەوی تر و بەرپاکردنی دەولەتی هاولاتی بوون و ڕێگەدان بەدام و دەزگاو دامەزراوەکان کەرۆڵی خۆیان بگێرن دوور لەدەستێوەردان و بەحیزبی کردنی کایەکانی کۆمەڵگا.

لە کۆتاییدا دەڵێم: چاکسازی وەسفەیەکی ئامادەکراونییە، تەنیا دروشم و هەندێ ئالوگۆڕی تایبەتی و کاتی نییە، بەڵکو پرۆسەیەکی بەردەوام و بەردەوامە.

Ahmadwerti@yahoo.com

پەراوێز:

(*) عبدالرحمن الكواكبي- طبائع الاستبداد و مصارع الاستعباد، دراسة و تحقيق الدكتور محمد جمال طحان،ط ٢،صفحات للدراسات والنشر،دمشق،٢٠٠٧،ل ٢١٠.

(**) سەرچاوەی پێشوو، ل ٢١٢.

کە بێزار بووی ڕێگایەکی تر بدۆزەرەوە!

زۆرجار لەژیاندا حاڵەتی وا ڕوو دەدەن کەناتوانرێت کۆنترۆل بکرێن: ئەو کۆمپانیای کاری تێدادەکەی دەیەوێت کارمەندەکانی بگۆڕێت وئێمەش کارەکەمان لەدەست دەدەین، یان خێزانەکانمان بەجێمان دەهێڵن، یان یەکێك لەئەندامانی خێزمانەکەمان نەخۆش دەکەوێت، یان دەولەت یەکێك لەو کارانەی کەئێمە زۆرگرنگیمان پێداوە ڕەدی ئەکاتەوە.

لەحاڵەتی وادا ناکرێت واهەست بکەین کە بۆ ڕوبەڕو بونەوەی ئەم بارودۆخانە هیچ کارێکمان لەدەست نایەت.

لەوەیە زۆرجار ئەمەمان بەسەرهاتبێ بۆ دۆزینەوەی کاری تازە یان دۆزینەوەی هاوبەشی ژیانمان یان یارمەتی ماڵەوە یان هەرنەبێ هەستێکی باشترمان هەبێ، هەرکارێکمان لە دەست هاتبێت کردوومانە، بەڵام هیچ یەك لەم کارانە ئەنجامی نەبووە.

کاتێك ڕێگایەکی تازە تاقی دەکەینەوە، بەپێی توانا هەوڵی خۆمان دەخەینەگەڕ، بەڵام دیسان ئەنجامێکی نابێت.

زۆرجار لە دووبارە هەوڵدانەوە دەترسین بۆ؟

وادیارە لەبێتاقەت بون بێزارین هیچ کەسێك لەئێمە نایەوێت بدۆڕێت.

هیچ کەسێکمان نامانەوێ هەموو هەوڵی خۆمان بخەینەگەڕو لەکۆتاییدا نائومێد بین.

زۆرجار لە دوای ئەم هەوڵە سەرنەکەوتوانە لە هەوڵدان و تێکۆشان دەست هەڵدەگرین و دەگەینە ئەو ئەنجامەی کە هیچ ڕێگایەکی چارەسەر بونی نییە.

ئەگەر خۆت لەحاڵەتی وادا بینییەوە کەتاقەتی هەوڵ وتێکۆشانی زیاترت نەبوو، لە ڕاستیدا خۆت خستۆتە حاڵەتێکەوە کە پێی دەوترێت نائومێدییەکی سەرتاپاگرتە.

واتا تۆفێربوی یان وابەخۆت گەیاندوە کەنائومێدی، هەواڵی دڵ خۆشکەر ئەوەیە کەتۆ هەڵە دەکەی.

تۆ دەتوانی کارێك بکەی ئامانجەکانت بێتە دی.

تۆ دەتوانی ئەمرۆ بەگۆڕینی هەستەکان وهەڵسوکەوتەکانت شتێك لەژیانت بگۆڕی.

تۆماس ئەدیسۆن دەڵێت: نائومێد نابم چونکە بە ئەنجامدانی هەر هەوڵێکی هەڵە لەڕاستیدا هەنگاوێك چومەتە پێشەوە.

یەکەمین هەنگاو ڕزگاربونە لەم هەستە خراپەت.هیچ کارێك ناتوانم بکەم یان چۆن دەتوانم ئەم کارەبکەم!!..

زۆربەی خەڵکی بەدەلیلی ئەوەی لەڕابردوودا هەوڵیان داوە بەڵام سەرنەکەوتون دەڵێن ناتوانین کارێك بکەین!!..

چەندجارێك ئەم وتەیەم وتۆتەوە: بیرت نەچێت ڕابردووی تۆ ئایندەت دروست ناکات، ئەوەی گرنگییەکی هەیە دوێنێ نییە بەڵکو کارێکە کە ئێستا ئەنجامی دەدەی.

و: کۆچەرفائق
لە فارسییەوە: ئەنتۆنی ڕابینز





ئەتەكێتی بەكارهێنانی تەلەفۆن و مۆبایل

ئا: یاسین ئەحمەد زەنگەنە

ئامێری تەلەفون و مۆبایل بە شێوەیەكی بەرفراوان بڵاوبۆتەوە، ئەم ئامێرانە زۆر گرنگ و پێویستن لە بواری پەیوەندیدا و خزمەتێكی باش بە مرۆڤایەتی دەكەن لە بوارە جۆراوجۆرەكاندا.

كەسانێك هەن ئەم ئامێرانە بە چاكی و بەجوانی بەكاردێنن و، هەشە بەخراپی بەكاری دێنێت و دەبێتە مایەی بێزاری خەڵكی و دەوروبــەر، جا بۆ ئــەوەی ئەم ئامێرانە بەشێوازێكی باش بەكاربهێنرێن، بۆ ئەو مەبەستەی كە بۆی دروست كراوە، نەك بەكارهێنان لە پێناو بەكارهێناندا بێت، بۆ ئەم مەبەستە لەمیانەی چەند خاڵێكدا چەند ڕێوشوێن و ئاداب و نەریتێكی چاك و گونجاو دەخەینە ڕوو بەمەبەستی سود بینین و پابەند بوون پێیانەوە :

* پێویستە لەكاتی وەڵامدانەوەی تەلەفۆن یان مۆبایلدا، پێش چونە نێو هەر بابەتێكەوە، سڵاوو پێشوازی لەكەسەكە بكەین، ئەمەش بە پێی باری ڕۆشنبیری و ژینگەو كلتوری كۆمەڵایەتی دەگۆڕێت. وەك مسوڵمان لەگەڵ كەسانی تری مسوڵمان بڵێت السلام علیكم ورحمە الله وبركاتە. دوای ناسین گەر زانیمان كەسەكە كێیە ئینجا خۆمانی پێ دەناسێنین.

* هێڵكەمان دانەخەینەوە تا حواحافیزی و ماڵئاوایی لەلایەنی بەرامبەر دەكەین .

* لەكاتی پەیوەندی كــردنــدا درێــژەی پێ نەدەین و قسەوباسی زیادە نەهێنینە ئاراوە، هەوڵ بدەین بە كورتی پەیامەكەمان بگەیەنین.

* لە كاتی گونجاودا پەیوەندی بكەین بەو كەسانەی كە مەبەستمانە.

* دڵنیابین لە ژمــارەی دیــاریــكراو، تا نەبینە مایەی نیگەرانی كەسانی تر.

* چاك وایــە نەهێڵین منداڵ وەڵامــی تەلەفۆن بداتەوە.

* لەكــاتــی قــســەكــردنــدا لــەســەرخــۆ و بەهێمنی بدوێین، لەبەرئەوەی هێمنی و لەسەر خۆیی نیشانەی متمانە بەخۆبونە.

* خۆ بــەدوور گــرتــن لــە گفتوگۆ و وتووێژی دوورو درێژ، چونكە تەلەفون بۆ ئەم مەبەستە دروست نەكراوە.

* لەكاتی لێخوڕینی ئۆتۆمبیلدا تا دەتوانین خۆ بەدوور بگرین لە پەیوەندی كردن یان وەڵامدانەوەی پەیوەندی، چونكە لەم كاتەدا تەركیز لەسەر ڕێگا و بان و ئەو كەسەی قسەی لەگەڵدا دەكەیت نامێنێت.

* لە گۆڕەپــان و شوێنە گشتیەكان و ڕێگاو باندا، باس لە كاروباری كەسی و كێشەو گرفتەكانمان نەكەین و بچین لە پەنایەكدا و لەشوێنێكی گونجاودا قسە بكەین.

* لە ناو ئەسانسۆری كارەباییدا (مصعد) تەلەفۆن مەكە.

* لە نێو مزگەوت و شوێنە پیرۆزەكان و نەخۆشخانەو، كاتی كۆڕ و كۆبونەوەكان و لە نێو پۆلی خوێندن لە قوتابخانەو زانكۆكاندا مۆبایلەكەمان دابخەین یان بێدەنگی بكەین.

* گەر لە نێو دەستەو كۆمەڵێكدا بووین و پەیوەندیمان بۆ هــات، ئــەوا یارمەتی لە هاوەڵان وەردەگرین، ئینجا وەڵام دەدەینەوە، با وەڵام و قسەكانیش كورت بن .

* گەر كەسێك پەیوەندی پێوە كردین لە خزم و هاوەڵان، ناكرێت پەیوەندیەكەی بدەینە سەماعەی دەرەوە، بێ مــۆڵــەت و ڕەزامەندی خۆی.

* زۆر نەكەین لە كەسانێك بۆ ئەوەی ژمــارەی تەلەفۆنەكەیمان بــداتــێ، چونكە خەڵكانێك هەن ژمارەكەیان تەنها بەكەسە نزیكەكانی خۆیان دەدەن.

* وەڵامی ئەو پەیوەندیانە نەدەینەوە كە بۆ تەلەفونی كەسانی تر دێت، مەگەر خۆیان داوایان لێ كردین.

* گەر نامەیەكمان بۆ هات لەلایەن خزم، دۆست یان هاوەڵێكەوە، ئەوا چاك وایە بە جوانی وەڵامی بدەینەوە.

* گــەر بــەهــەڵە ژمــارەیــەكــمــان لێدا و كەسی دیاریكراو نەبوو، ئەوا بە جوانی داوای لێبوردن بكەین، گەر بەهەڵە پەیوەندیمان پێوەكرا، بەجوانی پێی بڵێین ژمارەكە هەڵەیەو شتی تر باس نەكەین.

* گەر لەكاتی گفتوگۆدا پەیوەندیەكە بڕا، ئەوا ئــەوەی پەیوەندیەكەی مەبەستە دوبارەی دەكاتەوە.

* تەلەفونی ماڵەوە ناكرێت زۆر خەریك بكرێت چونكە لەوانەیە باری لەناكاو بێتە ئاراوەو پێویست بكات پەیوەندی بە ماڵەوە بكرێت.

* تەلەفون هۆكارێك نییە بۆ كات بە فیڕۆ دان بۆیە ناكرێت بۆ گواستنەوەی وتار و حیكایات بەكاربهێنرێت.

* ناكرێت شەوانی درەنگ یان بەیانیان زوو تەلەفون بكرێت، مەگەر بۆ حاڵەتی نائاسایی.

* لەكاتی نــان خــواردنــدا شیــاو نییە پەیوەندی بكەیت بەڵكو هەوڵبدە یان دای بخە یان بێ دەنگی بكە، بەڵام گەر پەیوەندیەكی گرنگت بۆهات دەكرێت مۆڵەت وەربگریت .

* پێویستە دروشمی مۆبایل بریتی بێت لە (خیر الكلام ما قل ودل) چاكترین وتە ئەوەیە كەم بێت و واتادار بێت، مۆبایل بۆ گەیاندنی كاروباری گرنگە بە كورتی، نەك وتوێژ و گێڕانەوەی بیرەوەری.

* لە شوێنی قەرەباڵغ وتەنگدا قسە مەكە.

* سەماعەی مایكرۆفۆن هەستیارەو نزمترین دەنــگ ڕادەكێشێت، جا پێویستە نبرەی دەنگەكانت هێواش بێت . هەروەها زەنگی مۆبایلەكەت شیاو و نــەرم بێت تا خەڵكی بێزار نەكات.

* گەر داوەت كرایت لە ڕێگەی تەلەفونەوە، مەرج نییە یەكسەر وەڵام بدەیتەوە، دەشێت بڵێیت تەماشای كاروبارەكانم دەكەم، دوایی پەیوەندیت پێوە دەكەم، سوپاس بۆ داوەتەكەت.

پشووی بڕەو

و: بڕەو

گەر بمانزانیایە چەند نوقمی پاداشت دەبین دوای نارەحەتیەکان، ئەوەندە خوازیاری رزگاربون نەدەبووین.

کاتم نیە رقم لەو کەسانە بێت کە رقیان لێمە، من سەرقاڵی خۆشەویستی ئەو کەسانەم کە خۆشیان دەوێم.

بە دەگمەن بیر لەو شتانە دەکەینەوە کە هەمانە، بەڵکو بیر لەو شتانە دەکەینەوە کە نیمانە.

بۆچی کاتێك کەسێك گەورە دەبێت بە پێنووسی مەرەکەب دەنوسێت نەك بە قەڵەم رەساس، بۆ ئەوەی بزانێت کە سڕینەوەی هەڵەکانی کارێکی ئاسان نیە.

سێ شت سۆز و خۆشەویستی نێوان کەسەکاندا دەڕوخێنێ، زۆر هەڵەکردن، زۆر درۆکردن، بایەخدانی کەم.

لەکاتی تورەبوندا بڕیار مەدە، کاتێکیش لە لوتکەی خۆشی و بەختەوەریدا بوی بەڵێن مەدە.



لە ژمارە 10ی برەودا، 10 هەنگاو بۆ برەودان بە پتەوکردنی پەیوەندیت لەگەڵ خەڵکی دا

رابەر ئەحمەد وەرتی

گرنگترین هونەری مرۆیی، هونەری برەودانە بە پەیوەندی لەگەڵ ئەوانی تردا، مرۆڤ خۆی بونەوەرێکی کۆمەڵایەتییە و ناتوانێ لەناو دوورگەیەك لەناوەڕاستی زەریادا بەتەنها بژی، هەمیشە بەسروشتی خۆی هەوڵی پێکهێنانی پەیوەندی لەگەڵ خەڵکی دەدات چونکە مرۆڤەکان هەمیشە پێویستیان بە یەکتری هەیە.

لەم نووسینەو ژمارە ١٠ی گۆڤارە نازدارەکەی (برەو)دا باسی برەودان بەپتەوکردنی پەیوەندی لەگەڵ خەڵکیدا دەکەم کە پوختەی ١٠ هەنگاوە بەشێوەیەکی گشتی:

١- بڕوا بەخۆت بهێنیت کە هەموو ئەوانی تر گرنگن، گرنگی بەو شتانە بدە ئەنجامی دەدەن لە میانی پێدا گریت لەوەی کە سەرنجت هەیە، یانیش هەست بکەن کە کاری تێکردوویت و کاریگەرییەکی لەسەر بەجێهێشتوویت.

٢- با هەنگاوەکانت بوێری تێدا بێت و متمانەت بەخۆت هەبێت، وابکە متمانەبەخۆبوونت پێوە دیاربێت و بێ دوودڵی و بەڕوونی قسە لە گەڵ ئەوانی دیکەدا بکە، لەکاتی تەوقەکردنیشتدا بەگەرمی و متمانەوە تەوقەیان لەگەڵ بکە، بەڵام بێ زیادەڕۆیی کردن.

٢- مەهێڵە زمانت تووشی نارەحەتیت بکات، بەگەرم و گوڕی هەڵسوکەوت بکە وسیفەتێکی گورج و گۆڵی بەکەسایەتیت بدە و، بیرکردنەوەیەك یان رەفتارو هەڵسوکەوتێك کە لەناخی خۆتدا واهەست بکەیت لەگەڵ کەسایەتیتدا نایەتەوە، باسی مەکە.

٤- شۆخی، گەشبینی، هێمنی، سیمای بەختەوەری و پڕشادی (زەردەخەنە)، خۆش خولقی، خاکیبوون، خاوەنی شێوەیەکی گونجاو، وە لەکاتی پێداهەڵدان و ستایشکردن زێدەڕۆیی نەکردن، ئارامی و نەرم و نیانی، هاوسەنگی ...... زۆر پێویستن.

٥- پێویستە خەڵکان لەوە بگەن کە ڕێزیان لێدەگریت و نرخ و بەهایان بۆ دادەنێیت، وە وامامەڵەیان لەگەڵ بکە کە ئەوان لای تۆ بەهاو نرخیان هەیە، هەمیشە سوپاسگوزاربە بەرامبەریان.

٦- قسەکردنەکەت بەشێوەیەك بێت کە بنەماکەی ئاشتیانە و ڕێزگرتن بێت لە بەرامبەر، وا لەلایەنی بەرامبەرت بکەیت، کە سەرنجێکی باشی لای تۆ جێبهێڵێت، ئەوەش بزانە کە خەڵکی لەبواری بیروڕاکانتەوە دەربارەی شتەکان حوکمت لەسەر دەدەن، نەك لەو رووەوە کە تۆ ڕات چۆنە لەسەر خۆت.

٧- زۆربەی خەڵکی حەزیان لە هەست وسۆز و هاوڕێیەتییە، خۆت بە کەم مەزانە، ئەویش لەپێناو ڕاکێشانی هەستی بەرامبەر و سۆزوبەزەیی خەڵکانی تر، ئاگاداریشبە خۆت هەڵنەکێشیت، ستایشی خەڵکی بکە و مەدحیان بکە و ڕەخنەش بگرە، بەڵام با نەبێتە هۆی برینداركردنی هەستی هیچ کەس و زێدەڕۆیی تێدا نەبێت.

٨- پێویستە بەبەردەوامی ئەوەی کە دەیڵێیت پێوەی پابەند بیت (واتە گوفتارو کردارت یەك بێت) با لە کردەوەکانتا گوفتارەکانت پەسند بکەن، با خەڵکی هەمووکات ئەمین بن لەدەم و دەستت (قسەی باش نەبێ نەیکەیت و ئەمانەتیش بپارێزیت وەك چاوت)، ئەگەر زانیارییەکیان پێدایت، ئەوە سوپاسیان بکە و دەست خۆشیان لێ بکە گەر پێشتریش وەرتگرتبێت.

٩- خەڵکی بەناوی خۆیانەوە بانگ بکە، جوانترین بانگ کردنیش ئەوەیە کە بەکاك فلان، و فلان خان(یان خاتوو فلان) بانگیان بکەیت، ڕاستگۆبیت لەگەڵیان .. گەر داوای کارێکیان لێ کردیت و لەتواناتدا هەبوو بۆیان ئەنجامبدەیت، ئەوە بۆیان ئەنجام بدە بە جددی و دڵسۆزانە، وە ئەگەریش لەتواناتدا نەبوو، ئەوە بەشێوازێکی زۆر جوانەوە پێیان بڵێ: لەتوانای مندا نییە و بمبورن.

١٠- کاتی گونجاو بۆ سەردان هەڵبژێرە و زیاد لەپێویستیش سەردان مەکە، هەوڵیش بدە بە بانگهێشت یان بەداوەت یان بەپێی پێویست بێت، وە ماوە ماوە بەتەلەفۆن پەیوەندی بە خزم و دۆست و ناسیاوانەوە بکە و چاك و چۆنییەکی گەرم و گوڕبکە و لێیان بپرسە، بابزانن کە گرنگیان پێ دەدەیت، نەك پەیوەندی کردنەکەت تەنیا لەو کاتانەدا بێت کە ئیش و کارێکت پێیانە.

ئەمانەی باس کران بەشێك بوون لە برەودان بە پەیوەندی و پتەوکردنی، ئەگەر کەسانێك ڕێگرت بوون لە گەیشتنت بەو کەسایەتییە کە خەسڵەتەکانی سەرەوەی لە خۆگرتبێت، ئەوە یان لەوانەن کە لە هەوڵدان دەترسن، یانیش ئەو کەسانەن کە لە سەرکەوتنی تۆ دەترسن!.



خەم و پەژارە

هۆکار، دەرئەنجام، چارەسەر

سروشتی ژیانی کۆمەڵگە پێکهاتووە لەکۆمەڵێك گرووپو لایەنی جیاواز، خودی ژیان زنجیرەیەکە لەتاقیکردنەوە. کۆمەڵێك بەرزو نزمی، خۆشیو ناخۆشی هەر بۆیە لەم سەردەمی جیهانگیریو جەنجاڵیەدا خەمو پەژارە دووچاری زۆربەی تاکەکانی کۆمەڵگە بووەو بۆتە بەشێك لەژیانی مرۆڤایەتی، بەڵام لەتاکێکەوە بۆ تاکێکی دی. لەکۆمەڵگەیەکەوە بۆ کۆمەڵگەیەکی تر جیاوازە، لەبەرئەوە لێرەدا کۆمەڵێك هۆکار دەخەینەڕوو کە دەروازەن بۆ خەمو پەژارە:

١- خەفەت بۆ ڕابردوو، ئەگەر وام بکردایە، وام بگوتایە، ...هتد.

٢- دڵتەنگی لە ئێستادا، لەژیانی ڕۆژانەیدا زۆر چاودێری خەڵکی دەکات، بۆ خەڵکی دەژی، بەراوردی خۆی لەگەڵ خەڵکی سەروو خۆی دەکات.

٣- ترس لەئاییندە، زیاتر لەداهاتوودا دەژی وەك لەئێستادا.

٤- هەستی ناتەواوی، ناڕازییەو خۆی بەکەم دەزانێت.

٥- هۆکاری سیاسی نادادپەروەری لەسیستەمی ژیاندا، واتە هەلو دەرفەتی کار بۆ هەمووان یەکسان نییە.

٦- هۆکاری مادی، نەبوونی پێداویستیەکانی ژیان.

٧- هۆکاری سروشتی، وەك مردنو نەخۆشیو ...هتد.

٨- هۆکاری مرۆیی، خراپی مامەڵەی دەوروبەر.

٩- بەتاڵی فکریو جەستەیی، کە خراپ ترین کارەساتی سەردەمە.

١٠- فەراغی ڕۆحیو لاوازی بیرو باوەڕ، دوری لەبەرنامەو پەیامی ئیسلام.

١١- هاوڕێی ڕەشبین کەهەمیشە خەم دابەش دەکات.

١٢- کاریگەری ڕاگەیاندن، مەبەست خراپ بەکارهێنانو پیشاندانی کارەساتو دیمەنی دڵتەزێن. بەتایبەت ڕاگەیاندنو هەواڵی عێراقی.

١٣- تەنهاییو گۆشەگیریو بیرکردنەوە لەتۆڵە.

دەرئەنجام:

١- هەموو ئەو هۆکارانەی باسکران، لەڕووی تەندروستیەوە کاریگەری هەیە لەسەر جەستەی مرۆڤ توشی نەخۆشی کۆلۆنو شەکرەو ..هتد. دەکات، تەنانەت زانستی ئەمرۆ ئەوەی سەلماندووە ئەو جگەرەیەی لەکاتی ناخۆشیدا دەکێشیت زیانی زیاترە، وەك لەکاتی ئاسایی.

٢- لەڕووی کۆمەڵایەتیەوە کاریگەری هەیە لەسەر ژیانی کۆمەڵایەتی، والە مرۆڤ دەکات بەرامبەر بەخێزانو منداڵو دەوروبەری خراپ بێت.

٣- لەڕووی ئاینییەوە متمانەو باوەڕی مرۆڤ لاواز دەکات. چونکە مرۆڤ تەنها کێشەو گرفتی خۆی دەبینێتودەبێتە مرۆڤێکی بێ ئامانج لەژیاندا.

٤- لەڕووی دەروونییەوە والە مرۆڤ دەکات فیکری بەشتی خراپەوە سەرقاڵ بێت، لەهەموو شتێك دەترسێت. هەمیشە قەلەقە و نیگەرانەو توانای بڕیاردانی نابێت.

چارەسەر

١- ئەو ڕووداوانەی کەلەدەرەوەی توانای تۆ دایە، بیبەرە دەرەوە.

٢- هەمیشە سەیری خوار خۆت بکە، وەها بیربکەرەوە کە پێداویستیەکانی ژیانت قۆناغ بەقۆناغ بەدەستی دەهێنیت.

٣- لەناخەوە هەست بەوە بکە خودایەك هەیە هەمیشە پشتیوانتەو ئاگاداری نارەحەتیو دەردەسەریەکانتە.

٤- هەموو خۆشیەکانت لەیەك شتدا کۆمەکەرەوە، مەیبەستەرەوە بە ماددە، بەهاوسەر، واتە: هەموو بیروبۆچوونو دڵت تەرخان مەکە بۆ یەك شت

٥- ئارام بگرەو خۆڕاگربە، چونکە ئەگەر توشی نارەحەتی نەبین هەست بەخۆشیەکان ناکەین، هەروەك چۆن ماسی لەناودا هەست بەبوونی ئاو ناکات، چونکە وشکانی نەبینیوە.

٦- سوپاسی خودا بکە کە بەمرۆڤێکی تەندروستو لەش ساغو ژیر دروستی کردویت

٧- باش بزانە نارەحەتی توشی زۆرێك لە خەڵك دەبێت، تەنانەت پەیامبەرانو زانایانو چاکەکاران لەپێش ئێمەدا تووش بوون.

٨- بەرەو خودا چوون، ئیسلام بۆ ئەوە هاتووە کە خەم پەژارە لەناو بەرێت، باش بزانە کە بۆ تاقیکردنەوە دروست کراوین، مەرج نیە هەموو شت بەدڵی تۆ بێت.

٩- گەشت کردنو خوێندنەوە لەکاتی نارەحەتیدا.

وەزیر عبدالله - هەڵەبجەی شەهید

یاسای 30 بە 70

ابراهیم برهان

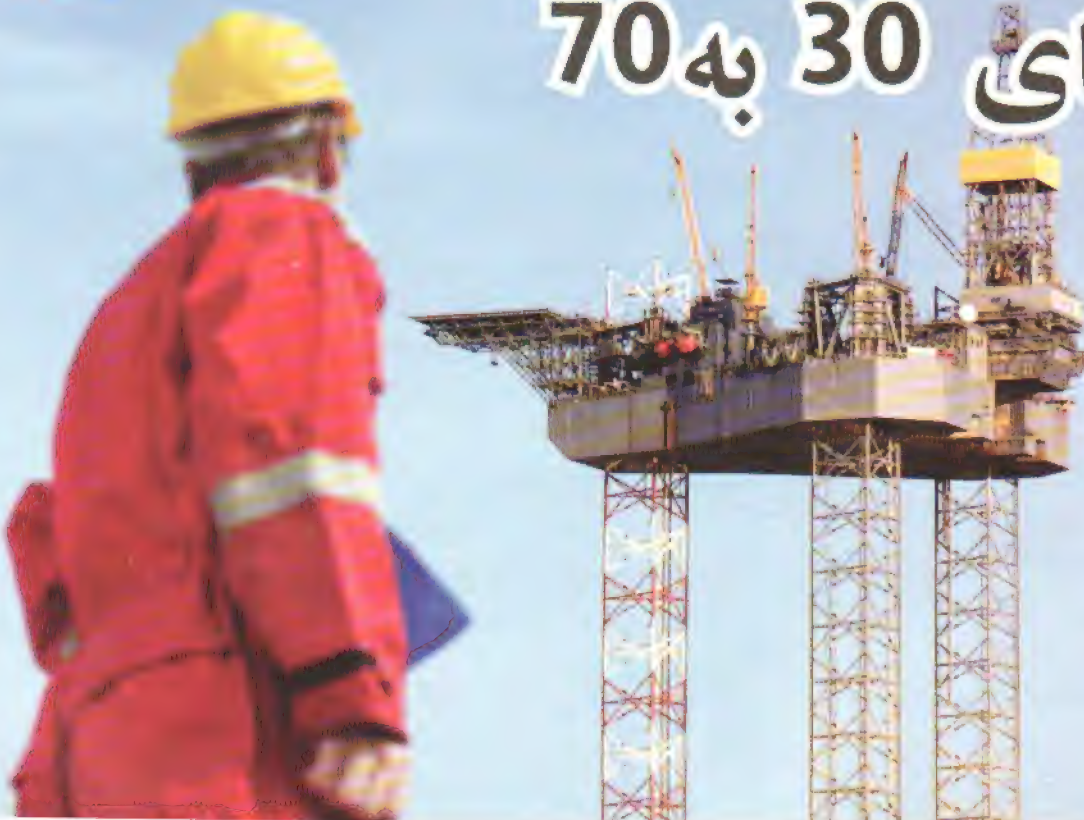
ئەگەر بمانەوێ هاوشان لەگەڵ وڵاتانی جیهان زانستیانەو سەردەمیانە بەرەوپێش بچین، ئەم یاسایە یارمەتیدەر دەبێت بۆ گەیشتن بەو ئامانجە، بۆ ئەم مەبەستە دەبێ گرنگی بەژیانی پسپۆری خۆمان بدەین، جا ئەو پسپۆریە لەبواری پیشەیی بێت وەك (دارتاشی، فیتەری، ئاسنگەری، بەرگدروو،.... هتد)، بۆنمونە: ئەگەر شاگردێك بچێتە لای وەستا بۆ ئەوەی فێری یەکێك لەو پیشانەی سەرەوە بێت، نابێ تەنها بەوەندە وازبهێنێت و بوەستێت، کە پیشەکە بەسادەیی لەوەستاکەیەوە وەربگرێت، چونکە ئەو زانیارییەی لەوەستایەکەیەوە وەریدەگرێت، تەنهـا ڕێژەی ٪٣٠ پێکدەهێنێت، لەکاتێکدا ٪٧٠ شارەزایی دەکەوێتە ئەستۆی خۆی، کە چەندە گرنگی دەدات بەلێهاتوویی خۆی لەم کارەدا و پەرە بە تواناکانی خۆی دەدات، یاخود لەبواری زانستیدا تێبینی دەکرێت بەتایبەت لەوکاتەی کەقوتابی ئامادەیی تەواو دەکات، کە دەکەوێتە دونیایەکی تازەی خوێندن و دەچێتە پەیمانگا یان کۆلێژ، هەر بەوەندە ئیکتیفا دەکات کەلای مامۆستایەکەی لەماوەی دووساڵ یان چوارساڵی خوێندنیدا دەیخوێنێت، بەدەر لەوە گرنگی بە خۆی نادات، نایەوێ ڕۆڵی هەبێت و بەرەو پێشەوە بچێت و پەرە بەتواناکانی بدات، بەشێوەیەکی دیکە درك بەوە ناکات سیستەم و بابەتەکانی خوێندن و خودی مامۆستاش تەنها لە٪٣٠ زانست لەو بابەتە پسپۆرییەی دەیڵێنەوە دەدەن بە قوتابی، ٪٧٠ کەی دیکە دەوەستێتە سەرخودی کەسەکە، واتە قوتابیەکە چەند دەخوێنێتەوە و خۆی ڕۆشنبیردەکات، گرنگی بەتواناکانی دەدات. لەپێناو دۆزینەوەی ئەم توانایەدا، ئەم یاسایە باس لەوەدەکات کەئێمە چۆن زانستیانە بەرەو پێش بچین و پەرە بەتواناکانمان بدەین، دەبێ٪٥٠ ی خوێندنەوەمان لەبواری پسپۆری خۆمان بێت، ٪٥٠ ی لەبوارە جیاجیاکانی تر بێت، واتە ئەگەر لەمانگێکدا بڕیاربێت (٢) کتێب بخوێنینەوەدەبێ:-

یەکەمیان:- لەبواری پسپۆری خۆمان بێت

دووەمیان لەبوارە جیاجیاکانی تربێت

لێرەدا ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت کە قوتابی دەردەچێت لەکۆلیژ یان لەپەیمانگا، بەبێ ئەوەی ئاگای لەمەحمودی بێزەوال بێت، چونکە تۆ چەندە زیرەك بیت لەبواری پسپۆری خۆتدا، ئەگەر بەردەوام گرنگی بەخۆت نەدەی و نەخوێنیتەوە، ناتوانی بەرەوپێش بچی و ببیت بەکەسێکی سەرکەوتوو لێهاتوو، تەنانەت زۆر جار کەسێك لەوکاتەی بەشداری خولێك دەکات، لە بوارێك کەپێویستی پێیەتی، دوای تەواوبوونی خولەکە وادەزانێ هەربەوەندە گەیشتە لوتکەی زانستەکە، کەچی ڕاهێنەر بەزمانی حاڵ پێمان دەڵێت ٪٣٠ ی لای ئێمەیە وەکو کۆشش وتەکنەلۆژیا، بەڵام ٪٧٠ ی دەوەستێتە سەرخۆتان کەوا چۆن بتوانن ئەم زانستە دەوڵەمەند بکەن.

بۆیە ئەگەر بمانەوێ ببینە کادرێکی سەرکەوتوو زیرەك ولێهاتوو لەبواری پسپۆری خۆمان و بمانەوێ خەونەکانمان بهێنینە دی کە خزمەتکردنی خاك و وڵاتمانە، چ کاتێك چاوەڕێی ئەوە بکەین و بڵێین خاوەنی دەسکەوتی گەورەین، لەوکاتەی کە لەکارەکەتدا لەبواری پسپۆری خۆت کار بکەی، هاوکات لەکاری خۆبەخشیشتدا لەهەمان پسپۆری تایبەت بە خۆت کاربکەی. ئەگەر توانیت کاری وەزیفی خۆت لەگەڵ کارە خۆبەخشیەکەت بگونجێنیت، ئەوکاتە وزەو دەستکەوت و بەرهەمەکانیشمان بە هەمان ئاراستە بۆنەوپەری لوتکە دەچێت. بۆنموونە تۆ کەسێکی کارگێڕیی، هاوکات کاری خۆبەخشی ئێوارانیشت لەدەزگایەکی خێرخوازیدا هەبێت، ئەوکاتە هەست دەکەی بە چ ڕادەیەك بەرهەم ودەستکەوتەکانت بەدیاردەکەون، هەروەها هێزو توانا شاراوەکانت، کە چەندین ساڵە پەنگی خواردبووەوە، وەکو بورکانێك دەتەقنەوە و دەریایەك لەشاکار دروست دەکەن.





وەرگێڕانی بە دەستکاریەوە
پەشێو مەجید

کراسێك بپۆشە، ئاوێنە شەرمەزار کات

سودەکانی خوێندنەوە لە یەکەم کتێبەوە دەست پێ دەکات کە منالێ گوێی لێ دەبێ و لە تەمەنی منداڵیدا بەردەوام دەبێ لەسەر خوێندنەوە تا کۆتایی تەمەنی.

لێرە ١٠ سودی خوێندنەوە دەنووسین، ١٠ هۆ پیشان دەدەین کە بۆچی خوێندنەوە گرنگە و بۆ دەبێ ئێمە بخوێنینەوە؟

ئەوانەی کە دەخوێننەوە، لە خوێندنەوە باشتر و باشتر دەبن. گومانی تێدا نیە ئەنجامدان و کردنی کارێك بە بەردەوامی دەرئەنجامی باشترینە لەو کارە. خوێندنەوەی بەردەوام و خۆڕاگری لە سەری خوێنەرێکی باشت لێ دەردەچێنێ.

خوێندنەوە ڕاهێنان بە مێشك دەکات. خوێندنەوە ئەرکێکی ئاڵۆزە بۆ مێشکی مرۆڤ لە چاو زۆربەی هەرە زۆری ئەرکەکانی تر. خوێندنەوە پەیوەندیەکانی مێشك بەهێز دەکات و پەیوەندی نوێ دروست دەکات.

خوێندنەوە کۆبیر (ترکیز) باشتر دەکات. خوێنەر لە کاتی خوێندنەوە بە هێمنی و بێدەنگی دادەنیشێ و کۆبیری دەخاتە سەر ئەو چیرۆکەی یا ئەو بابەتەی کەوا خەریکی خوێندنەوەیەتی. ئەگەر ئەم کاری خوێندنەوەیە بەم شێوەیە بەردەوام بێت لە ژیانی مرۆڤدا ئەوا ئەم مرۆڤە توانای بیر هێشتنەوە و بیر خستنە سەر بابەتێك لە کاتێکی دیاریکراودا زیاترو بەهێزتر دەبێ.

خوێندنەوە، ئەوە فێری مرۆڤ دەکات کە لە دەوروبەری و لە دەرەوەی خۆیەتی. لە ڕێگەی خوێندنەوە مرۆڤ بە خەڵك و شوێن و ڕووداوەکانی دەرەوەی خۆی دەزانێ. شارەزای بیرو باوەڕی جیاواز دەبێ دەربارەی جیهان، کە زۆر جیاوازە لەو بیرە باوەڕەی دەووروو بەری. ئەو جۆرەی خۆی، خەڵك و دەوروبەری لە جیهان گەیشتبوون لە کتێبەکان نابینێتەوە. ئەم پێزانین و فێربوونەش پێشینەیەکی زانیاری بەهێزی پێ دەبەخشێ کە یارمەتی دەدات ژیان و گوزەرای جیاوازتر لەوەی پیشتر و باشتر لەوەی پێشتر بگوزەرێنێ.

خوێندنەوە ووشەو بە کارهێنانی ووشە باشتر دەکات و بەهرەی زمان لای خوێنەر گەشە پێدەدات و توانای نووسین دروست دەکات.

خوێندنەوە گەشە بە خەیاڵی مرۆڤ دەدات و توانای خەیاڵکردن لای مرۆڤ بەهێز دەکات. ئەمەش لە بەر ئەوەیە کە، کاتێ کە دەخوێنینەوە مێشکمان ئەو وێنە و ئەدگارانەی کە لەوکاتەدا لە بارەی خەڵك و شوێن و شتەکان دەیانخوێنینەوە دەگوازێتەوە. کاتێ کە چیرۆکێك دەخوێنینەوە وێنای هەستی کارەکتەری نێو چیرۆکەکە دەکەین و خۆشمان لە جێگەی ئەو دادەنێین بۆ ئەوەی بزانین ئێمە هەستمان چۆن دەبوو گەر لە جێی ئەو بوینایە . جا ئەم شێوە خوێندنەوەیە، پرۆڤە و ڕاهینانێکە توانای خەیاڵی مرۆڤ گەشە پێ دەدات و فراوانی دەکات.

خوێندنەوە پشوو بە لاشە دەدات و مێشکیش هێمن دەکاتەوە. کە ئەمە بۆ هەموو کەس گرنگە لەم سەردەمە، چونکە مرۆڤی ئەمرۆ لە هەر سەردەمێك

سـەرقاڵ تر و بـێ ئارام ترە. جـا یەك لە چارە سەرەکیەکانی ماندویەتی و هۆیەك بۆ ماندوچوێنی، خوێندنەوەیە.

بۆ قوتابیان بۆ ئەوەی باشتربن لە قوتابخانە و کتێبـی مەنهـەج و ئەرکتـان ئاسـانتر بێ، بخوێننەوە. چونکە خوێندنەوەی کتێبی دەرەکی بـەدەر لە کتێبی قوتابخانـە کە وەکو ئەرك لە سـەرتان کەتووە پاڵپشـتن، بۆ ئـەوەی بتوانی باشـتر لـەو ئەرکانەت بگەیت . زۆر ووشـە لە کتێبەکە دەرگای تێگەیشـتنی بابەتێکی ئاڵۆزی وانەی قوتابخانەت بۆ دەکاتەوە.

خوێندنـەوە وات لێـدەکات لە هەسـتی بەرامبەرەکەت بگەیت .نوسەری ئەم بابەتە دەنوسـێت، مـن دەرکی ئەوەم کـرد کاتێ ئەو پرسـیارەم لە کوڕەکـەم کرد و ئەویش لـە وەڵامدا پێی گوتـم ((بێ گومان وات لێ دەکات ، چونکـە کاتێ کە دەخوێنیتەوە تۆ لـە گەڵ ئەو کارەکتەرەی چیرۆکەکە یەکتر ناسـین دەکەیـت و هەرچـی ئەو هەسـتی پێدەکات تۆش هەستی پێ دەکەیت)). واتە تۆش ژیانت تێکەڵ بە ژیانی ئەو کارەکتەرە دەبێ کە لە ناو کتێبەکە دایە و وات لێ دێت کـە لە ژیانی ئاسـاییت گرنگی بە هەسـتی بەرامبەرت دەدەیت.

خوێندنەوە، جۆرێکە لە خۆشی وەرگرتن و بێزاریـت لـە بیر دەباتـەوە . تۆ لە بەر ئەوەی کاتی خوێندنەوەت کاتی تێکەڵبونتە لـە گەڵ دونیا و مەودایەکی تر ، بۆیە هەر بێزاری و ناخۆشیەك کە چەند ساتێ پێشتر هەتبووە لە بیری دەکەی، چونکە تۆ ئێسـتا لـە گەڵ کەسـانێکی تـر و دەم وچاوانێکی تـر دەژیـت و گـوزەر دەکەیـت . جوانـی دنیای خوێندنەوە کراسـێکە هەرکە پۆشیت داکەندنـی ئەسـتەمە. کراسـێك قەڵغان و پەناگـەی هـەر هێزێکی دەرەکـی و قەبول نەکردنـی هەر نا ئاشـنایەك بـەو دنیایە. کراسێك ، بە لەبەرکردنی ئاوێنە شەرمەزارە بـە ڕەنگدانەوەت . کراسـێك بەختەوەری و شادومانی، مەوالیان و بە قەدیەوەن . دەتۆش زووکە، دەرگای ئەم گەنجینەیە بەردەوام لە سەر پشتەو بفەرموو، کراسێکی وا گرانبەها بپۆشـەو لە جوانی و خۆشی و هەمیشە پڕ ئومێدبوونی ئەم دنیایە بنۆشە.

* گروپی هاوڕێیانی کتێب
سەرچاوە: bestbookforkids.com



کاتمان هەیە بۆ بۆ سەریکردنی دراما و تۆپانی، سەفەر و پیاسەی زۆر، قەسەی هەڵیت و پەڵیت و بێ مانا، کاتمان هەیە بۆ بۆ چوونە ئاوزیان و کاری تایبەتی خەڵکی بەبێ ی ئـەوەی پرسمان پێی کرا بێ ی، کاتمان هەیە بۆ گلەیی بـەردەوام و بێزارکردنی دەوروبەرەکەمان بە قسەی زۆر و ڕوانینی گشتبین و ڕەشبینانە، کاتمان هەیە بۆ زۆر خواردن و نووستن و تێرکردنی گەدە و چاو و زمانمان لەسەر حیسابی عەقڵ و ناخمان، بەڵام بۆ خوێندنەوە نا!! بەداخەوە کۆمەڵگای ئێمە بەدەر لەوەی خوێندنەوە لای گرینگیی ئەوتۆی نیە، وەلێ هەندێجار گوێت لەقسەی وا دەبێ لەلایەن هەندێ کەسەوە کە بەرامبەر بە کتێب و خوێندنەوە دەیکەن، مرۆڤ نازانی پێبکەنێ یان بگرێ لەنموونەی ئەم جۆرە قسانە (خوێندنەوە چییە؟! خوێندنەود چە سوودێکی هەیە؟! خوێندنەوە خۆ مەعاشت ناداتێ!! ئاخر کەس بەخوێندنەوە هیچی بە هیچ کردووە؟!). ئێمەی کورد تا ئەو شوێنەی بیانۆمان هەیە بە ئارەزووی خۆمان دەدوێن، کاتێ بیانۆکانیشمان بڕا ئـەو کات بۆ خۆ ڕزگارکردن لە بابەتەکە، نەشارەزایانە بە بێ بەها و کەم نرخی وەصفی دەکەین.

کـاتـێ پـرسـیـاری ئـەوە لـە بابـایـەکی خوێندەوار یان قوتابیەکی زانکۆ دەکەی کە بۆچی ناخوێنێتەوە، هەندێ وەڵامـت دەست دەکەوێت، بۆخۆشیان زانن ئەوان کاتیان نیە بۆ خوێندنەوە یان ئـارەزوو، هەڵبەت دەبێ سەرەتا بزانین خوێندنەوە ئارەزوو نییە، بەڵکو پێویستیەکی ژیانە. ئەگەر بیانۆ نەبوونی کـات بێت چارەسـەرەکـەی ئاسانە، لایەنی کەم با هەوڵدەین ڕۆژانـە تەنها (١٠) خولەك بخوێنینەوە، بەڵام ئایا (١٠) خولەك خوێندنەوە هیچ شتێك لەژیانت دەگـۆڕێ؟! بەدڵنیایەوە بەڵێ، چونکە لە (١٠) خولەکدا دەتوانین ڕۆژانە زیاتر لە (١٠) لاپەڕە بخوێنینەوە، کە ساڵانە دەکاتە ٣٦٥٠ لاپەڕە، لەهەر بوارێك تۆ حەزی پێ دەکەی دەتوانی شارەزایەکی باش بەدەست بێنی، دەی خۆ ئەگەر ڕۆژانـە (٢٠) خولەك بخوێنینەوە لەساڵێکدا دەکاتە (٤٨٠٠) خولەك! تۆ دەزانی ٤٨٠٠ خولەك لە ساڵێکدا دەکاتە ٨٠ سەعات!!.

ئەگەر لامـان وابێ خوێندنەوە کەڵکێکی ئـەوتـۆی نیە و بێ سـوودە، ئـەو وتـەیەی برایان تریسی بەسە کە دەڵێ: خوێندنەوە تەنها بیرکردنەوەمان فـراوان ناکات، بەڵکو شتانێکتان فـێـردەکـات کـە مەحاڵە بەهەر ڕێگایەکی تر فێربیت. خوێنەری بەڕێز ئەگەر خوێندنەوە بۆ گەلانی تر پێویستیەك بێت، ئەوا بۆ ئێمە خوێندنەوە ئەرکێکە لەسەرمان دەبـێ بخوێنینەوە، دەزانـی بۆچی؟! چونکە ئێمەی موسڵمان پێمان دەڵـێـن (اقـرأ) ئایا شوێنکەتوانی ئایینی ئیسلام بەگشتی و بەتایبەت جیهانی عەرەبی و ئێمەی کوردی موسڵمان بەتایبەتتر ت پڕ بـەمـانـای ئەم ئازناوانە خوێندومانەتەوە؟! بەپێ ی (ڕاپۆرتی کۆنگرەی یەکێتی بـڵاوکـراوەکـانـی عـەرەب) بـە هـەر «٣٢٠٠» تاکی عـەرەب ساڵانـە (١) کتێب دەخوێنەوە، لەبەرامبەردا هەر تاکێکی ئیسرائیلی ساڵانە (٤٠) کتێب دەخوێنێتەوە، کەواتە ناچارین بڵێین (امـە إقـرأ، لا تقرأ)!!، بۆیە گەر دەتەوێت چیتر بەشێك نەبێ لەو کەسانەی ناخوێننەوە و دوبارە بەکردار ببیەوە بەشێك لە (امە إقرأ)، هەر ئەمرۆ بڕیار بدە بخوێنیەوە نەك کاتێکی تر یان بەیانی، چونکە خوێندنەوە بیرکردنەوەکان دەگـۆڕێ، دیارە کاتێ بیرکردنەوەکانت گۆڕا سەرلەبەری ژیانت دەگۆڕێ.

* گروپی هاوڕێیانی کتێب



سوپاسی
(ئیرەیی-حەسوودی)ەکانت دەکەم!!

ن: د.عائض القرني
و: بەهەشت علی

هەرکاتێ بینیت کە ڕەخنەت لێناگیرێت و ئیرەییت پێنابرێت ئەوە من سەرەخۆشیت لێئەکەم چونکە تۆ لەمێژەوە مردویت و بە خۆتت نەزانیوە، وە هەر ڕۆژێك بیستت کە نامەی هەڕەشە ئامێز و قسەی ناشیرین و ڕەخنەت بۆ دێت ئەوە سوپاسی خوا بکە چونکە تۆ بویت بە کەسێك کە جێگای باس و خواسی خەڵکیت و بوویت بە ڕەقەمێکی گرنگ کە پێویستە حسابت بۆ بکرێت.

لەگەورەترین نیشانەکانی سەرکەوتنت نەقد و ڕەخنەگرتنە لێت، چونکە مانای وایە تۆ چەندین کاری گەورەت کردووە کە هەندێ هەڵەی بچوکی تیایە وە ئەگەر ڕەخنەت لێنەگیرا و ئیرەییت پێنەبرا مانای وایە تۆ سفری دوای فاریزەیت!!

نوسەرێك دەڵێت: پێویستە لەسەرت سوپاسی ئەوکەسانە بکەیت کەئیرەییت پێدەبەن، لەبەرئەوەی خۆیان تەرخان کـردووە بۆ ڕیکلام کـردن بۆت بەبێ بەرامبەرو بەخۆڕایی، وە هەرکاتێك بینیت هێرشێکی توند دەکرێتە سەرت لەلایەن بەرامبەرەکەتەوە وەڵامیان مەدەرەوە بەڵکو بیانبەخشەو نوسین و بەرهەمت زیاد بکە چونکە ئەمە گەورەترین سزایە بۆئەوان.

بێگومان ڕەخنەی نەیارەکانمان هۆیەکە بۆ چاککردنی کەم و کورییەکانمان کەلەوانەیە مەدحی هاوڕێ و چەپڵەڕێزانی (موعجیب)ەکانمان کوێریان کرد بێت لە ئاستی ئەو کەم و کورتییانەدا.

زانا بەهۆی زۆری مەدح و پیاهەڵدانی خەڵکییەوە هەندێ جار وادێت بەبیریدا کە خودا ڕەحمی بە خەڵکی کردووە کە ئەوی لەو زەمانە و لەناو ئەو خەڵکەدا داناوە.

کاربەدەست کاتێ کە شیعر و پەخشان بە باڵیدا هەڵدەدرێت وا حیساب بۆ خۆی دەکـات کە فریشتەکان لە ئاسمانەوە چەپڵەی بۆ لێدەدەن، بۆیە هەموو کات ڕەخنە شتێکی پێویستە تا بەهۆیەوە عەقڵە بەنج بووەکان بە دەرزی ئەهلی پیاهەڵدانی ساختە بەئاگابێنەوە.

یەکێك لە فەیلەسوفان دەڵێ: هەر کاتێ لە دواوە پاشقولت لێگیرا ئەوە بزانە تۆ لە پێشەوەیت، کەسە بێ نرخەکان نە ڕەخنەگر و نە ئیرەیی پێبەریان هەیە لەبەرئەوە وەکو شتی بێ ڕۆح وان، هیچ کاتێ گوێت لێ بووە کە کەسێك ڕەخنە لە بەردێك یان قسەی ناشرین بە قوڕ بڵێ؟ لەبیرت بێ کە تەنها خۆر و مانگە بەریان تێ دەگیرێت، بەڵام ئەستێرەکانی تر نـاگـەن بـەم شـەرەفـە، دەگێـڕنـەوە نوسەرێك لـەلای هاوڕێیەکی سکاڵای ئەوەی کرد کە ڕۆژنامەکان زۆر لەسەری دەنوسن و ڕەخنەی لێدەگرن، هاوڕێکەشی داوای لێ کرد کە هەموو ئەو بابەتانەی لەسەر ئەونوسراون بۆی کۆبکاتەوە پاشان پێی وت هەموویان ڕێك لەسەر یەك دابنێ و پاشان بچۆرە سەری، کاتێ کە ئەوەی کرد پێی وت: تۆ ئێستا لە ئاست زەوی بەرز بویتەتەوە بەهێندەی ئەو هێرشانەی کە کراونەتە سەرت، ئەگەر زیاتر ڕەخنەیان لێبگرتیتایە زیاتر بەرزدەبویتەوە، بێ گومان ئەو هاوڕێیانەی کە دوژمنایەتیت دەکەن یاخود ئەو دوژمنانەی کە هاوڕێیەتیت دەکەن لە هەوڵی تۆڵە لێکردنەوەتدا نین، لەبەرئەوەی کە ماڵت لێ دزی بێتن یان لە ئیشت کردبێتن و کارەکەیانت لێ داگیرکردبێتن، بەڵام لەبەر ئەوەیە کە تۆ لەڕووی زانستەوە یان ماڵ و سامانەوە یاخود بەدەست هێنانی سەرکەوتنێکی گەورەوە بەسەر ئەواندا سەرکەوتویت، بۆیە هەمیشە دەیانەوێت تۆڵەت لێ بکەنەوە بەهۆی ئەو هەڵسوکەوتانەتەوە لەبەر ئەوەی کە پێ یان وایە تۆ دەبێت کە پلەیەك لە خوار ئەوانەوە بێت.

کەواتە هەرگیز چاوەڕێی شایەتی دانـی باش و هەڵسوکەوت و دوعـا بۆ کردنت لە بەرەبەیاندا لەو کەسانە مەکە کە ئیرەییت پێ دەبەن، بەڵکو هەمیشە پێش بینی هۆنراوەی جنێو ئامێز و نوسینی ئاگرین بە لێیان.

هەرجارەو ڕازێك!



ڕازی دوێنێ (ڕابردوو)

ڕەمەزان عبدالله

هەمووومان خاوەنی پەرتوکێکی ناوازەین پڕیەتی لە وانەی گرنگ و ناوازی ژیان، پڕیەتی لە ئەزموونی چەند ساڵە، ئەویش ڕابردووە...هەموومان ڕابردوویەکمان هەیە، گرنگ ئەوەیە چی لەو پەرتووکە ئەکەین، کە بەدەسی قەدەری ئێمە نوسراوە، خۆمان ئەو پلانەمان جێ بەجێ کردوە کە کاتی خۆمان بوو، (ڕاز)ی ڕابردوو ئەو چەمکەیە یان ئەو دەرگایەیە کەوا ئایندەی تێدا دەکرێتەوە، ئەوە کلیلی دوێنێ بوو دەرگای ئەمڕۆی بۆ کردینەوە..!

بێ خەبەر لەوەی ئەمڕۆش لەچاو بەیانی ڕابردووە..!

هاوکێشەی ژیان وایە، تەنانەت مەحاڵە کەوا لەدەرگای ڕابردوو نەدەی بگەیتە ئێستا ڕازی ڕابردوو ئەو بەشەیە کەوا ئێمە لە خۆمان ورد ئەبینەوە تا هەموان بزانین لە چیدا سەرکەوتوو بوین و لەچیدا هەڵەمان کردوە، ئەو دەرگایانە دابخەین کە هەڵەمان کردووە لێی نەڕۆینە ژوورەوە چونکە وەکو ئەنیشتاین وتوویەتی ((بەراستی گەمژە ئەو کەسەیە کەوا دوو جار یەك کار بکات و جاوەری ئەنجامی جیاواز بێت!))

هەزار جار لێکی بدەیتەوە(1X1=1) هەرچی ڕووبدا هەر دەکاتە یەك.

«ڕاز»ی یەکەم:

ئەوەیە خوێندنەوەی ئەو بەشەی کە لە ڕابردووی خۆمان هەڵەمان کردووە داخستنی ئەو هۆکارەی توشی ئەو هەڵەی کردووین، گرتنە بەری ڕێگایەکی تر کە تێیدا سەرکەوتوو بوینە، لە و پەرتووکە دا شتێکی تریش تۆمارکراوە ئەویش ئەو کارانەن کە ئێمە هەمیشە شانازیان پێوە ئەکەین وسەربەرزین پێوی، بۆ ئەو دەرگایە ئەبێت فراوانتری بکەین نەك خۆمان بەتەنها بڕۆینە ژوورەوە دای بخەین نا!!!!

سەروەرمان ئەفەرموێت:

«والاثم ما حاك في نفسك وكرهت ان يطلع علة الناس»

«حديث صحيح الالباني٢٥٥٨ وبن ماجة٣٨٤٩»

«خراپە ئەوەیە کە لە دەروونی خۆتا حەز نەکەیت کەس بە ئاگا بێت لێی»

ئەو دەرگایە ئاوەڵا بکە، ڕای بگەیەنە سەرکەوتنی من لەو ڕێگایەوە بووە، تا خەڵکانی تریش لە پاڵ ڕێگای تۆ ڕێگای خۆشیان بخەنە سەر، تا چەند لە خزمەتی خەڵك بیت و یارمەتیان بدەی ئەوەندە سەرکەوتنی تۆ نزیکترو مسۆگەر تر ئەبێت، چونکە ئێمە لەگەڵ ئەوانە ئەژین ئەوان ئەتوانن ڕێگرمان بن لەو ئامانج و هیوایەی هەمان، هەر ئەوانیشن ئەتوانن ببنە هۆکار بۆ ئەوەی زووترو باشتر بەو ئامانج و هیوایەمان بگەین!

«ڕاز»ی دووەم:

خۆ بەدەستەوە نەدان بۆ کارەکانی ڕابردوو..واتا ئەوەی دوێنێ تۆ کردووتە دوێنێ تۆ بوو نەك ئەمڕۆ،کەوایە هەرگیز نەکەی بە بیانی دوێنێ ئەمڕۆت لە دەست بدەی.

«لەسەر ڕێمدا گەیشتمە کۆڵانێك و پیاوێکی پیری ماندووم بینی، پێ ی وتم، مەڕۆ کۆڵانەکە بنبەستە و دەرناچێت..!

بەگوێم نەکردوو ڕۆیشتم..کاتێك کە گەرامەوە و گەیشتمەوە سەری کۆڵانەکە... بەتەواوی پیر بوبووم..!»

بەڵێ! پیربوونمان لە ئەنجامی خۆ بەدەستەوە دانمانە بۆ ئەوەی سوور بون لەسەر ئەوەی هەر ئەبێت هەمان ئەو شتانە بکەم کە تێدا سەرکەوتو نەبوومە یان کەسانێکی تر تێدا سەرکەوتو نەبوونە!

«ڕاز»ی سێ یەم:

وەرگرتنی ئەزموون لەوانەی پێش ئێمە کاریکیان کردوە..پێش ئێمە ئەزموونیان هەیە لەو کارەی بەتەماین بیکەین...ئەو یارمەتی دەرێکی زۆر باشی ئێمە ئەدا تا ڕێگای ئەو کەسانە بگرین کە تێدا سەرکەوتوو بوونە... بەرساتی تەمەنی ئێمە بەشی ئەوە ئەکات هەموو شتێك تاقی بکەینەوە..!؟

بەبێ گومانم لەوەی وەلامت نەخێر ئەوویت..دەی کەوایە با لەتەمەنی خەلکانی تر ببەین لە تەمەنی خۆمان زیاد بکەین بە گرتنە بەری ئەو ڕێگایانەی کە بەرەو ئایندەیەکی بەرزمان ئەبات...بۆ ئەوەی لە

رابـردوو سوود ببينين وەكو مامۆستايەك ڕێگاكەنمان بۆ ڕۆشن بكاتەوە.. بێگومان ئـەوە ئـەو پـەری ووردەكـاريـە كـەوا وانـە لەمامۆستای رابـردووەمـان وەر بگرين..بۆ ژيانی ئێستامان..!

«ڕاز»ی چوارەم:

لـەرابـردوو نەژين بۆ رابـردوو بژين... مەبەستم ئەوەيە لەو كاتە نەژين كە بەسەر جووە چونكە لای هەموان ئاشنايە ناگەڕێتەوە... هەزار ساڵ تەرخان بكەين ناتوانين چركەيەك بگەڕێنينەوە لە تەمەنی خۆمان!

بۆ ڕابردوو ژيان ئەوەيە گرينگی بزانين و سوودی بۆ ئێستامان هەبێت...بەڕاستی ڕۆژێك ديت ئەمرۆش ئەبێتە ڕابردوو زۆر نزيكە بەيانی يە يان چركەيەك پيش ئيستا ئـەوا ڕابـردووی ئێمەن...بۆ رابـردوو ژيان خۆ تەرخان كردنە لە نەكردنەوەی دەرگای ئەوانەی تيدا سەركەوتو نەبوينە...» سەيری ئاوينەی ئۆتۆمبيلت كردوە ڕابردوو چەندە بچووك بۆتەوە...بەلام ئەزانی لە چاوی ئيمە بچووك بـووە ئەينا ئەو خۆی جيهانيكی واقيعی يە..نەك هەر ئەوە جيهانی گشت بيرمەند و زاناكانە..!

ڕابــردوو ئـەو ئاوينەيە بۆ ئيستامان ئەبيت قەبارەی تەنها بەقەد ئەو ئاوينەی ئۆتۆمبێلە بێت..ئەگەر گەورەتر بوو ئەوا داهاتوو بزر ئەكا!

«ڕاز»ی پێنجەم:

واز هێـنـان لـە ڕابــردوو بـە هـەمـوو بەشەكانيەوە تەنها بـۆ پەند وەرگـرتـن ئەبيت ئەگر نا بۆ گەرانەوە بۆ ئەوكات... ماڵ وێرانيە خۆ فريودانە..لەدەستی دانی تەمەنی خۆيەتی بە شتيكی هيچ...خوای گەورە ئەفەرمووێـت:

((تلـك أمـة قد خلت)) ئەوانــە ئوممەتێك بوون رۆشتن !

بەڵـی رۆيشـتـن نـاش گەرينەوە،تەنها بــۆ ئەوەيە نەبێـت كەوا هەمــان كارەكانی ئــەوان نەكەينەوە كە خــراپ بوون... ((لقد كان في قصصهـم عـبرة لأولي الألبــاب)) ســوێند بێـت بەخوا بەڕاســتی لە سەرگوزەشــتە و بەســەرهاتی پێغەمبەران پەندو ئامۆژگاری هەيە بۆ كەســانی ژيرو هۆشمەند...ســوود وەرگتــن لەوانەی كە بۆتــە هۆی رەزابوونی خودا و سەركەوتنی دنيا و قيامەت..!

"اللهم انـی اسالك العفو والعافيه فی الدنيا والأخره"

پێوەرەكانی ئيسلامی سەركردەی

ئومێد مستەفا

ئەڵقەی دووەم

پێوەری دووەم: ئەمينداريتی (الامانه)

بە واتای راستگۆيی و چاودێری خودی و دەستپێشخەری كردن دێت بۆ ئەنجامدانی كارەكان بە جوانترين شێوە.جا لێرەدا وشەی ئەمينداريتی بۆ چەندين مانا بەكادەهێنرێت لەوانەش:

ڕاسپاردن: خودای گەورە دەفەرمووێت: (انا عرضنا الامانه على السماوات و الارج و الجبال فأبين أن يحملنها و أشفقن منها و حملها الانسان انه كان ظلوما جهولا) الاحزاب ٧٢. واتە: بێگومان ئێمە سپاردەمان نيشانی ئاسمانەكان و زەوی و چياكاندا (هەڵگرتنی ئەمانەتی ديندارێمان پێشنياركرد بۆيان) بەڵام هيچيان رازی نەبوون كە هەڵيگرن و ترسان لەو (ئەمانەتە)كەچی ئادەمی ئەو (سپاردەی) هەڵگرت بەڕاستی ئەو (ئادەمی) زۆر ستەمكارو نەزانە.

٢- ئەمينداريتی مەعنەوی: چوارچێوەی ئـەمـيـداريـتـی تـەنـها لـەسـنـووری پرسە داراييەكان كـورت هەڵنايەت، بەڵكو پەل دەهاوێـژێـت بـۆ ئەمينداريتی فيكری و تێروانين و هەڵوێست، بۆنموونە: بە سووك سەيرنەكردنی كارمەندان و نەشكاندنەوەيان بەڵكو بەپێچەوانەوە پيويستە مافيان بپارێزرێ و لە هەمان كاتدا ڕێزلێگيراوو خۆشەويست بن،هەروەها يارمەتيدانيان بەپێی توانا لـەو كێشەو گرفتانەی كە پێيەوە دەناڵێنن.

ويژدانی بێدار: ئەمەش بريتييە لە پارێزگاری كردن لەو مافانەی كە مافی خودا و خەڵكی بەسەرەوەيە، هەروەها پارستنی كارەكان لەوەی كە سەرنەكێشن بۆ زێدەرۆيی و فەرامۆش كردن.

كاركردن بەباشی و پوختی: واتا سوور بـوون لەسەر ئەنجامدانی ئەو ئەركانەی كە بەكەسێك رادەسپێردرێت بەشێوەيەكی جـوان و ڕێكوپێك، ئەمەش بێگومان لە سيفات و خوورەوشتی موسڵمانانە، هەروەها شەونخوونی كردن بەديار مافەكانی خەڵكی و بايەخ پێدانيان و بەكەم سەيرنەكردنی ئەو ئيلتيزاماتانەی لەسەر شانييەتی ئەگەرچی بچووكيش بـن، چونكە بـەپـێـچەوانـەوە دەبێتەوە هـۆی بڵاوبونەوەی گەندەڵی و لاوازبـوونـی پەيكەری دامـودەزگـاكـە. جا لێرەدا نابێ تەنها لە بازنەی كاركردن بە باشی و پوختی بوەستين و خول بخۆين بەڵكو پێويستە مـەودای كاركردنەكانمان فراوانتربكەين و بگەين بە پلەی داهێنان لەبواری پلان و جێبەجێكردندا، حەقيقەتی ئەمەش لە ڕێنماييەكانی پێغەمبەرمان موحەممەد (درودی خـودای لەسەر بێت) رەنگ دەداتــەوە كە دەفەرمووێت:(ان الله يحب اژا عمل احدكم عملا ان يتقنه) .

ئـيـسـتـيـغـلال نــەكــردن: واتــا خــراپ بەكارنەهێنانی پۆست و پلە بۆ بەرژەوەندييە تايبەتييەكان ياخود بەكارهێنانی بۆ زيان گەياندن بە بەرژەوەندی كەسانی ترو بە هەدەردانی مافەكانيان.

دامـەزرانـدنـی باشترينيان: مەبەست لێی دامەزراندنی كەسی شياوە بۆ شوێنی شياو نەك بەپێچەوانەوە، وەكو ئەوەی لە فەرموودەی پێغەمبەری خودا هاتووە كە دەفەرمووێت:(من استعمل رجلا من عصابه، وفی تلك العصابه من هو أرجی لله منه،فقد خان الله و خان رسوله و خان المؤمنين) .

بێگومان ئەمينداريتی پرسێكی زۆر گـەورەيـەو نـابـێ نـاديـدەی بگرين و بە چاوێكی كەم سەيری بكەين يان زێدەڕۆيی لە مافەكانی بكەين، هەروەها پێويست ناكات تەركيز بخەينە سەر شتە رواڵەتييەكان و گـەوهـەری ڕاستييەكەش لەبيربكەين و فەرامۆشی بكەين، جا لە جياتی ئـەوەی مومارەسەی پـەروەردەو فێركردن بكەين كەچی تەنها هەربەوەندە وازبهێنين كە هەڵسين بە تەڵقين دادانێكی ناديارو ئاڵۆز، ئەمەش بێگومان دەبێتە هۆی لەدەست چوونی برێك لە ئەمينداريتی، لەدەرەنجامی ئەمەشدا ئەوەيەك لە لاوان دێتەبەرهەم كە بەهيچ جۆرێك ڕەچاوی بەرژەوەندی كۆمەڵگا ناكەن،و هەڵناستن بە ئەركو ڕۆڵە ڕاستگۆيی و دڵسۆزانەكەيان لەپێشخستنی كۆمەڵگاو بووژاندنەوەيدا.

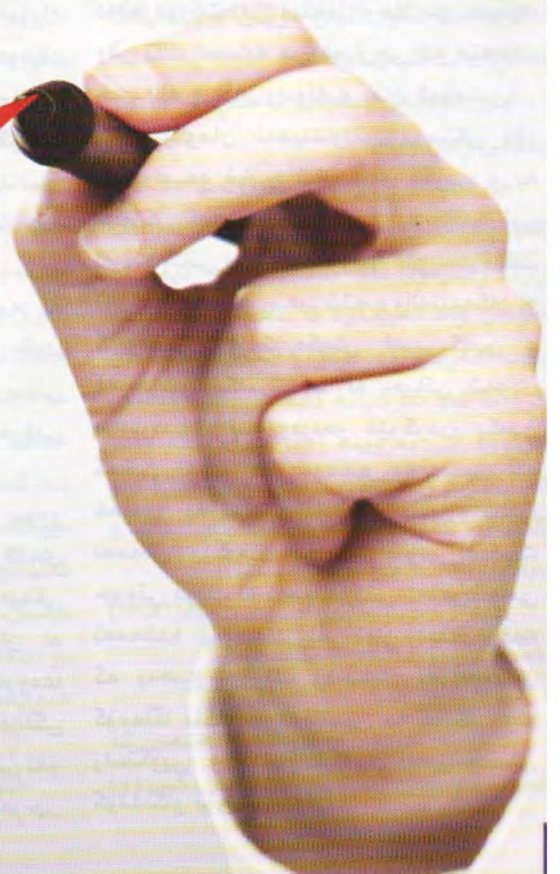
گۆڕان، باوەڕبەخۆبوون، داهێنان.

ئـەوکـەسـەی هـەردەم هـەوڵـی گـۆڕان دەدات دەزانێت کە گۆڕان فەلسەفەی ژیانە دوێنێ وەکو ئەمرۆ نابێت و ئەمڕۆش وەکو سبەی نابێت هەربۆیە کەباوەڕت بەوەهێناکە بۆئەوەی دنیا بگۆڕیت دەبێت خۆت بگۆڕیت بۆئەمەش دەبێت یەکسەر پەنابەرینە بـەرکـردار. سـەداو دەنـگ وگوزارشتی داهێنانیش ئینجاهەر جۆرە داهێنانێك بێت لەناخی هەمووکەسدا هەیە بڕواناکەم کەسێك هەبێت تەنانەت بۆ جارێکیش بێ گوێی لەم زەنگە نەبوبێ ئەم دەنگە زەنگی بەهرەی شاراوەتەوە، کەدیاریەکی بەهاداری گەردوون وسروشتە کەنابێت فەرامۆش بکرێت دەبێت دەستی بەسەردابهێنین وبـواری بۆخۆشبکەین تەنیا هەستکردن بە بەهرە خۆی لەخۆیدا دادی کەس نـادات بەڵکو گرنگ ئەوەیە چـۆن بـەکـاری دێـنـیت و بەئەنجامی دەگـەێـنـیـت. بـەهـرە دیــاری سروشتە کەناڵێکە دەتـبـەسـتـێـتـەوە بەسروشت و دنــیــاوە، کـە بەئەنجامی دەگەێنیت ولەواقیعدا دەیسەلمێنی تۆش جارێکی تـر دەیـدەیــتــەوە بـەسـروشـت ئـەمـەش دەیسەلمێنێ کەتۆش بەشیکی لەسروشت وزادەی ئەویت هەرئەمەشە پەیوەندیت لـەگـەڵ دونــیــاو سـروشـت ودەوروبــەر دادەمەزرێنێ هاوکات پەیوەندیت لەگەڵ نـاخ و دەروونــی داهێنەرانەت پتەوتر دەبێت چونکە لەهەموو داهێنانێکدا کار لەگەڵ خۆتدادەکەیت.

هەرچەندە هەندێ جار داهێنانەکانمان لەچوارچێوەی ئارەزوویەکی بچووك وناسك لەپاڵ شتی زۆر سەرەکیدا ئەنجامیان دەدەین دڵمان پێیان خۆشدەبێ و دەبنەمایەی شادیمان ئەم جۆرە داهێنانە گەلێك گرنگن و هەرگیزناشێ بەچاوێکی نزم و بێ بایەخ تەماشایان بکەین چونکە هەر ئەمانەن کەژیانمان دەکەنە بەهەشت و لەدۆزەخی ئەرك وناچاریمان دووردەخەنەوە ئەمانە بەقەوارەی هونەری بچوکن بەڵام بەمانا گەلێك گەورەن ڕۆڵی زۆرگرنگ دەگێڕن چونکە نوسەرو پسپۆڕانی بواری داهێنان وای دەبینن کەئەم داهێنانە بچووکانە مێشکمان بەرەو داهێنانی مەزن پەروەردە دەکەن و دەبنە هۆی ئەوەی لەداهاتوودا ئاکامی گەورەیان لێبکەوێتەوە..

بەهرە دەبێت بگاتە ئەنجام ئەگەرنا





زەنگی بەهرە

ئا: کامران عبدالرحمن

ئەڵقەی کۆتایی

بەهرەمەندەکە ئەزیەتی پێوە دەخوات لەوانەشە بۆی ببێتە مایەی ئەشکەنجەو ناسۆر نەك تەنیا بۆخۆی بگرە بۆکەسانی تریش چونکە بەهرەیەك کەگوزارشتی لێنەکرێت وەکوبارێکی قورس وایە بۆخاوەنەکەی کەرێگە لەبەهرەیەك دەگرێت وەکو ئەوە وایە رێگە لەجۆگەی ژیان و رووباری سروشتدا بگرێت، بۆیە کە بەهرەیەك لە تۆدا هەیە دەبێت رێگەی بۆخۆش بکەیت ئەگەرنا بەپێچەوانەی سروشت رەفتاردەکەیت.

وە ئەو بەربەستانەی رێگە لە وزەکانی ناخمان دەگرن گەلێکن، زۆربەی زۆری یاساودەستورو نەریتی رۆژانەمان رێگا لە ووزە و تینی ناوەوەمان دەگرن ووزەی مرۆڤیش خۆی لەخۆیدا خۆرسك و داهینەرانەیە، دەلاتی بوون وژیانە، بەڵام کۆسپەکانی پێشی رۆژبەرۆژ پەرەدەسێنن وتەشەنە دەکەن بەگشتی زۆربەی دام ودەزگان ویاساکانی کۆمەڵگا دژ بەووزەی خۆرسکانەی مرۆڤن، بۆیە پێویستەخۆت کار لەسەرخۆت بکەیت. رێگەلەبەردەم جۆگەلەکانی ووزەتدا تەخت بکەیت، کۆسپ ولەمپەرەکانی بەردەم لافاوی ووزەی ناوەوەت رابماڵیت تاوەکو بەخورِی رەوانی رێگەی خۆی بگرێتە بەر بەمەش ووزەی خورِو رەوان داهێنان بەرهەم دێنێت داهێنانیش خۆشەویستی وگەشبینی وچالاکیە، هەر خۆشەویستەیە وا لە مرۆڤی داهێنەر دەکات بەردەوام بێت پاش مردنیشی لەبیرەوەری کەسانی تردا نەمربێت. بەنمونە هەمووماموستاکانی هونەر پێش وانەکانی راهێنانی پراکتیکی هەوڵیانداوە فێرخوازو شاگردەکانیان فێری خۆشەویستی هونەروپیشەکەیان بکەن، خۆشەویستی گەورەترین هێزە لەداهێناندا بۆیە هەر پیشەیەك بێ خۆشەویستی ئەنجام بدرێت کاری تیابکرێ بێ سێ ودوو مایەپوچ دەبێت.بۆیەئەگەردەزانی کارەکەی خۆت خۆشناوێت ودوای هەوڵدانی زۆرت بۆخۆشەویستی کارەکەت بێ ئەنجام بوو،بێ هیچ دودڵیەك دەستی لێهەڵگرە، چونکە بەپێی یاساکانی سروشت دەبێت دوای زەنگی بەهرەی خۆت بکەویت و تەنها ئەو کارەبکەیت کەخۆشت دەوێت وبەهرەمەندی تیایدا.وەك ماموستای مەزنی شانۆ شانی سلاڤیکی دەڵێ: دەبێت هونەرت لەخۆتداخوش بوێت نەك خۆت لەهونەرداخۆشبوێت. واتە داهێنانت خۆشبوێت بۆ ئەوەنەبێت ناوبانگی پێدەربکەیت وپێی بناسرێیت بەڵکو دەبێت بۆ ئەوەبێت کەئەو هەنەرەت خۆش دەوێت. پێش هەمووشتێك خۆشەویستیت بۆکاروداهێنانت بسەلمێنە، لەوباوەرِەشدام پاشتر هەردەناسرێیت چونکە هیچ داهێنەرێکی راستەقینە نیە کەخاوەنی داهێنان بێت ونەناسرابێت بەڵام کەداهێنەرکارو داهێنانی تەنیا بۆ مەبەستی پارەوسەروەت وسامان وناوبانگ بێت، هەرگیزنابێت بەداهێنەرێکی راستەقینە رەنگە دەوڵەمەندبێت، رەنگەزۆربەناوبانگ بێت بەڵام هەرگیز نابێت بە داهێنەرێکی راستەقینە چونکە ئەگەر بۆماوەیەکیش خەڵکی ستایشی بکەن وچەپڵەی بۆلێبدەن پاشان راستی بەرهەمەکەی بۆدەردەکەوێت کە لەبنەرِەتدا هونەرێکی رەسەن نیە. گەرپرسین بۆچی؟ لەوڵامدادەڵێین هەرهونەرێك یا هەر پیشەیەك کەرِەوتێکی داهێنەرانە وەردەگریت دەبێت گەشەبکات وهەموو کات پەرەبسێنێ، ئەگەرنا دەمرێ ولەناو دەچێت، بۆیە لەکۆتاییدا دەڵین داهێنەرکەسایەتی خۆی لەکارەکەی خۆیدا پتر خۆشبوێت و داهێنان بکات بەکەرەستەو هۆ بۆ خۆدەرخستن خۆسەپاندن و دەوڵەمەندبوون ودەسەڵات وەدەست هێنان ئەودەم هونەروداهێنانەکەی دەخاتە خزمەتی خودی خۆی، دواجار لەم دۆخەدا خۆپەرستی زاڵدەبێت بەسەر داهێنانداو رێگە لەتەوژمی داهێنان دەگرێت، کەواتا داهێنان لەوکاتەدا پەرەدەستێنێت کاتێك کەخۆمانی تیدا لەبیر دەکەین، ئەمەش تەنیا بەخۆشەویستیمان بۆکار و هونەر وپیشەکەمان دێتەکایەوە بۆیە پێویستە لەرێگەی خۆشەویستی نەك خۆپەرستی پەی بە سەرچاوەی ئیلهام بەرین و پەرەبە هونەرو پیشەو داهێنانمان بدەین.

ئەگەر ئارەزووی نوسین دەکەیت وحەزدەکەیت ببیت بەنوسەر یەکسەر بیرلەوەمەکەوە ببیت بەشکسپیر یا بە نالی ئەمەداهێنانت لاسەخت دەکات گرنگ ئەوەیە تۆ نوسین بکەیت بەداهێنان بۆخۆت لەوەش گرنگتر ئەوەیە دەست پێ بکەیت بایەخ بدە بەوشتەی کەرِات دەکێشێت وناخت جۆش وخرۆش دەدات ئەوکات هەستی داهێنان هەموو بونت داگیر دەکات پاشانیش دەردەکەوێت لەکوێ دەنیشیتەوە،مێشکی پەست وناخی سست وجەستەی ئالۆز ناتوانێت داهێنەربێت بۆیە پێویستە خۆت دوای بەهرەو تواناکانی ناوەوەی خۆت بکەویت وسۆراخیان بکەیت ئینجا دەبێت جێگەیەکی شیاو پانتاییەکی فراوان بۆخواست و پەیامەکانی دەنگی ناوەوەت تەرخان بکەیت، ئەمەش بەبێ دیالۆگ لەگەڵ خۆتتدا نایەتەدی یەك هەنگاوی بچوك رەنگە سەرانسەری ژیانت بگۆرِێت ئەگەر بێ مەبەست بژیت وئامانجت نەبێت متمانەشت بەخۆت نابێت، پلان ومەبەستەکانت لەژیاندا، گەشە بەباوەرِبوون بەخۆنت دەدەن، ئەوەی ئەوباوەرِە دەکوژێ، ئەوەیە کە تۆ هیچ دەکەیت بە ئامانج و هیچ هەڵدەبژێریت لەژیانداو دەیکەیت بەمەبست، ئەگەر گۆرِان لەخۆتا دەست پێنەکەیت ئیتر ژیانیش هیچ ئاراستەیەك وەرناگرێت وگەرهیچ بکەی بەئامانج ئەوا بێ هەوڵدان پێی دەگەیت. داهێنان وگۆرِان جمکن، کەداهێنەربویت، هەمووکات لەگۆرِاندای وگۆرِان بەئەنجام دەگەیەنێ، کەگۆرِانت دروست کرد، واتا داهینەریت.ئێمەش ناتوانین کەسێك بگۆرِیین ئەگەرخۆمان نەگۆرِین.

مرۆڤی بەتوانا دەکارێت کارگەلێکی سەیرو سەرسورِهێنەر ئەنجام بدات، بەمەرجیك لەداهاتوو نەترسێت..

مرۆڤ تەنیا چاوەرێی هەل دەبێت و بەهەوڵدان دەتوانێت وەدی بێنێت هەروەها چیتر چاوەرِوانی گەیشتن بەئامانجەکانی نابێت، چونکە ئەوکارانەی پایانکات خۆیان ئامانجن.

سەرچاوەکان:

١- د.فازڵ جاف، (ستراتیجیەکانی ژیان)، هەولێر، چ٢، ٢٠١٠.

٢- جیم رۆنان، (چۆنیەتی گەشەو سەرکەوتن لەبازار - بەرێوەبردندا/نێتۆرك مارکێتینگ)، وەرگێرانی ئەبوبکر غفاری، ٢٠٠٧.

٣- د.واین دایر، (هەست بەگەورەیی خۆت بکە/ دەرونزانی)، وەرگێرِانی ناسر سلاحی، چ٦

پیان
سەرنووسەر

با بەکردەوەکانمان نەوەکانمان پەروەردە بکەین!!!

هەڵـە دەکەیـن و رەفتـاری نەشـیاو دەنوێنیـن منداڵەکانمـان دەمـان بینن، جا پێویسـتە وریابین و سەرەتا خۆمان چاك بکەین، چونکە منداڵان بەسروشتی خۆیان سـڵ ناکەنەوەو خۆیان ناپارێزن لەهەڵـەو کەموکورتیـەك کاتێك دەبینن گەورەکانیـان کەوتوونەتـە نێـو هەمان داوی هەڵەو ناتەواوی.

پێویسـتە مـرۆڤ سـەرەتا خـۆی برازێنێتەوە بەرەوشت و بەهاو ئاکاری جوان و شـیرین و لەژیانی خۆیدا بەرجەستەی بکات، ئـەوکات رێنمایی و ئامۆژگاریەکانی جێـی خۆی دەگرێت و نەوەکانی و خەڵکی تریش گوێی بۆشل دەکەن.

گـەر وامان نەکـرد هەڕەشـەی ئەم ئایەتـە دەمانگرێتەوە کـە خوای گەورە فەرموویەتـی: (يَـا أَيُّهَا الَّذِيـنَ آمَنُـوا لِمَ تَقُولُـونَ مَـا لَا تَفْعَلُـونَ كَبُرَ مَقْتًـا عِندَ اللَّهِ أَن تَقُولُـوا مَا لَا تَفْعَلُونَ) الصف ٢-٣ هەروەها فەرمویەتی: أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنسَـوْنَ أَنفُسَـكُمْ وَأَنتُـمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَـلَا تَعْقِلُون البقرة ٤٤

هـەر لەم بارەیـەوە عەبدوڵای کوڕی مەسعود خوای لێرازیبێت وتویەتی: (مـن كان كلامـه لا يوافـق فعلـه فإنما يوبّخ نفسـه) واتە: هەرکەسـێك وتەکانی لەگەڵ کردەوەکانیدا نەدەگونجا، ئەوا ئەو کەسە سەرزەنشتی خۆی دەکات.

دەبـا نەوەکانمـان لەکـردەوەو هەڵسوکەوت و مامەڵـەی نـەرم و نیان و زانسـت و رەوشـتمانەوە بەهرەمەنـد بـن، پێـش ئـەوەی بەزمـان بدوێیـن باکردەوەکانمان بدوێت.

ئەسـتەمە گـەورەکان بتوانـن منداڵەکانیـان پەروەردەبکـەن لەسـەر رەوشت و بەهاو ئاکارێك چاکتر لەوەی لە هەڵسـوکەوتی خۆیاندا رەنگی دابێتەوەو بوبێتە بەشێك لەئاکارو هەڵوێستیان.

ئەمـەو منـداڵ زیاتـر بەرەفتـارو هەڵسـوکەوتی دایبابـی کاریگەر دەبێت، وەك وتەو ئامۆژگاری

- ئایـا باوکێکـی جگەرەکێـش هیچـی پێدەکرێـت کاتێك زانـی کوڕە هەرزەکارەکەی جگەرەدەکێشێت؟

- ئایا باوکێکی بەرتیل خۆر دەتوانێت رێگری لەمنداڵەکـەی بکات کاتێك زانی دزی دەکات؟

- باوکێك جنێوو قسـەی سـووك و زبرو ناشیرین لەزاری بێتەدەر، دەتوانێت بەمنداڵەکانی بلێت جنێو مەدەن؟!

- باوکێك لەخواپەرستی و دینداریدا کەمتەرخـەم و لاوازبێـت، ئایـا وتـەو ئامۆژگاریەکانـی لەسـەر منداڵەکانـی سەنگ و بەهایان دەبێت؟

دەبێـت ئەو راسـتیە بزانین، کاتێك